

বিজ্ঞাপন ।

শৈশব হইতেই পিতৃদেব আমাদের যেমন লেখা পড়া গান-
বাজনা শিক্ষা দিতেন সেইরূপ তিনি পাক কার্যোও আমাদের
সুদক্ষ করিতে যত্নবান ছিলেন ; তাঁহার মনোগত অভিশ্রাব ছিল
এই যে ভবিষ্যতে তাঁহার পুত্র কন্যারা এ দোষ দিতে পারিবে না
যে তিনি কোন বিষয়ে তাহাদিগকে শিক্ষা দেন নাই বা শিক্ষা
দিতে অবহেলা করিয়াছেন। সুদক্ষ পাচকদিগকে নিযুক্ত করিয়া
পিতৃদেব পাককার্য্য আমাদের রীতিমত শিক্ষা দান করিয়া-
ছিলেন। এবিষয়ে তাঁহার নিজেরও বিশেষ মনের টান ছিল।
তিনি খাদ্যপাককে বিজ্ঞানের অঙ্গরূপে দেখিতেন। রসায়ন
বিজ্ঞান পুস্তক প্রণয়নের সমকালে তিনি নিজে একখানি পাক
পুস্তক রচনা করিতে মনস্থ করিয়া কতকগুলি খাদ্যের প্রস্তুত
প্রণালী লিপিবদ্ধ করিয়া রাখিয়া গিয়াছেন। সেগুলি আমরা
“আমিষ ও নিরামিষ আহারে”র অন্তর্ভুক্ত করিয়া লইয়াছি। উহাতে
কিটনী, মোরঝা, হালুয়া প্রভৃতি অনেকগুলি উপাদেয় সামগ্রীর
প্রস্তুত প্রণালী লিপিবদ্ধ করিয়া গিয়াছেন। সেগুলি এই পুস্তকের
অন্ত্যস্ত খণ্ডে তাঁহার নাম সহ প্রকাশিত হইবে। দে সময়ে বঙ্গ-
ভাষায় একখানিও পাকপুস্তক প্রকাশিত হয় নাই।

শৈশবে যে ভাব অঙ্কুরিত হয় বয়োবৃদ্ধি সহকারে ক্রমশঃই তাহা
জলবিত হইয়া উঠে। “রন্ধনটী যখন আমাদের ভালরূপে অভ্যস্ত
হিল তখন নিজে রাখিয়া সকলকে আহারে তৃপ্ত করিয়া বেশ
মানন্দ হইতে লাগিল ? কিন্তু গৃহে যেটা রাখি তাহাতে কয়েকটা
দায়ী স্বজন মাত্র তৃপ্তি লাভ করেন। আমাদের ইচ্ছা হইল যে

ইহার আরও প্রসার আবশ্যক । 'যেটা আমরা খাই ও আমা-
 ভাগ্য লাগে, অন্নব্যয়ে যে সুস্বাদু সামগ্রী প্রস্তুত করি সেটি জগ-
 সকলে কেন না জানিবে?—গৃহে গৃহে সকলে তাহার দ্বারা কেন
 আনন্দ ও উপকার পাইবে? এই শুভ উদ্দেশ্যে আমরা খাদ্য প্রা-
 প্রণালী লিপিবদ্ধ করিতে আরম্ভ করিলাম ।

খাবার সামগ্রীটী অনেক টাকা খরচ করিলেই যে ভাল হয়
 তাহার কোন অর্থ নাই । কোন জিনিষটা ছ আনায যেমনটা হা-
 ইয়ত সেখানে ছটাকা খরচ করিলেও তেমনটা হইবে না ; ক-
 খাদ্য পাকের কৌশলটুকু জানা না থাকিলে কেবল অর্থব্যয়ে কে-
 ফলই হয় না । অনেক সময়ে দেখিয়াছি পাঠকেরা সেই কৌ-
 টুকু গুপ্ত রাখিয়া দেয় অথবা অজ্ঞতাবশতঃ বাজে উপকরণে
 শ্রদ্ধ করিয়া থাকে । আমি যথা সাধ্য এ পুস্তকে যাহাতে সু-
 খাদ্য সামগ্রীগুলি সকলে সহজে স্বল্পব্যয়ে ও অল্প সময়ে প্রা-
 করিতে পারে তজ্জন্য বিশেষ চেষ্টা করিয়াছি । পাঠকেরা
 পুস্তকে এমন অনেকগুলি খাদ্য দেখিতে পাইবেন যেগুলি
 আমাদের নিজের উদ্ভাবিত ; সেগুলিকে নূতন নূতন নামে ভূ-
 করা হইয়াছে । প্রত্যেক খাদ্যটী স্বহস্তে রাখিয়া তবে লিপি
 করিয়াছি ।

আমাদের বাঙ্গলা দেশে কোন বিষয়ে একটা বিধিবদ্ধ ভ-
 দেখা যায় না । এ দেশে কোন বিষয়ে একটা শৃঙ্খলা ও পা-
 পাট্য নাই । আমাদের আহায়েও এই বাঙ্গালী চরিত্র বি-
 রূপে প্রলক্ষিত হয় । আমাদের ভোজে 'মাছের সঙ্গে কী-
 সঙ্গে যেন একটা হযবরল ব্যাপার হইয়া উঠে' । এইরূপ আ-
 যেমন শাস্ত বিরুদ্ধ তেমন স্বাস্থ্যবিরুদ্ধ । এই বিশৃঙ্খলা হই-
 উদ্ধার করিয়া বাঙ্গলা খাবারকে শৃঙ্খলার সূত্রে আবদ্ধ করা আ-

একটি প্রধান লক্ষ্য। একপনা করিলে বাঙ্গলা খাবারের মেরুদণ্ড কোন কাণেই গঠিত হইতে পারিবে না। কতকগুলি খাদ্য-প্রস্তুত প্রণালী সংগ্রহ করিয়া একটি পুস্তকাকারে প্রকাশ করা বিশেষ কিছু ফলদায়ক নহে। যেমন যুদ্ধক্ষেত্রে লক্ষ লক্ষ সৈন্যের সমাবেশ অপেক্ষা বাহুবদ্ধ মুষ্টিমেয় সৈন্যও অধিক ফলদায়ক সেইরূপ খাদ্য সম্বন্ধীয় পুস্তকেও শৃঙ্খলা রচনা অত্যন্ত প্রয়োজনীয় বিষয়। বাঙ্গলায় যে দু একটি খাদ্য সম্বন্ধীয় পুস্তক প্রকাশিত হইয়াছে সে গুলিতে এই শৃঙ্খলার একেবারেই অভাব। আমি এই কারণে নিরামিষের প্রধান খাদ্য ভাত হইতে আরম্ভ করিয়া সোপানক্রমে অন্যান্য শ্রেণীতে উঠিয়াছি। পাঠক দেখিবেন এক নিরামিষ আহারে এত বৈচিত্র্য আছে যে বিনা আমিষের সাহায্যে রসনার তৃপ্তির কোন অভাবই হয় না। এই পাঁচশত পৃষ্ঠার গ্রন্থেও নিরামিষ আহারের অতি সামান্য অংশ মাত্র গিয়াছে। এখনো অজস্র নিরামিষ আহার অবশিষ্ট আছে। নিরামিষের পরে তবে আমিষের শ্রেণীতে প্রবেশ করিব।

যখন আমাদের প্রপিতামহ বিলাতে গিয়াছিলেন তখন তাঁহার সঙ্গে দেশীয় সুদক্ষ পাচকও গিয়াছিল। সেই দেশীয় পাচক-প্রস্তুত দেশীয় খাদ্য দ্রব্যের আহারে বিলাতের গণ্য মান্য লোকেরাও চমৎকৃত হইয়া গিয়াছিলেন। কিন্তু সে হইতেছে আমিষ আহার। আমরা বলিতে পারি আমাদের দেশীয় নিরামিষ আহারগুলিও এত সুস্বাদু ও এত বিচিত্র প্রকারের যে সে সকল আহারে কেহ পুষ্ট না হইয়া যাইতে পারে না। পাঠক এই পুস্তকেই দেখিতে পাইবেন এক ভাত পাক করিবার প্রণালীই কত প্রকারের এবং তাহা কেমন সুস্বাদু। আমাদের দেশে যদিও গোলাওটা আহারের শেষের দিকেই সচরাচর দিয়া থাকে কিন্তু পাকপুস্তকে

ইহাকে শেষের দিকে কেলা যায় না। কারণ প্রকৃত পক্ষে পোলাওটা হইতেছে ঘৃতপক ভাতের জাতীয় খাদ্য। পোলাওয়ের ন্যায় গুরুপাক খাদ্য শেষের দিকে খাওয়া বিধেয় না প্রথমেই খাওয়া বিধেয়, কোন সময়ে খাইলে স্বাস্থ্যের পক্ষে উপকারী তাহা চিকিৎসকের ও শারীর বিজ্ঞানবেত্তাদিগের বিচার্য।

আমি এই পুস্তকে প্রথমে চামচের হিসাবে পরিমাণ দিয়া-ছিলাম এই মনে করিয়া যে চামচের পরিমাণ দিলে লোকের সুবিধা জনক হইবে। কিন্তু দুই চারিটা রান্না যখন ছাপা হইয়া গিয়াছে তখন মনে হইল যে চামচের ব্যবহার করটা লোকই বা জানে ; তাই আবার তোলা প্রভৃতি পরিমাণ আরম্ভ করা গেল। পরিশেষে বক্তব্য এই যে নূতন প্রণালীতে বিভাগে বিভাগে খাদ্যের সমাবেশ করিতে হইয়াছে বলিয়া অনেকটা বিলম্বেরও কারণ হইয়াছে। এতদ্ভিন্ন অন্যান্য কারণেও বিলম্ব হইয়া পড়িয়াছে। আমাকে অনেক সংগ্রহ করিতে হইয়াছে এবং স্বহস্তে সেগুলি রাধিয়া পরীক্ষাও করিতে হইয়াছে। কিন্তু এই গুরুভার কার্য্য মস্তকের উপরে আমি কি সাহসে লইয়াছি ? সর্বোপরি ঈশ্বরের আশীর্বাদেই আমি ইহাতে হস্তক্ষেপ করিতে সমর্থ হইয়াছি বিশেষ আমার কনিষ্ঠ দাদা যেমন আমাকে উৎসাহ দিয়াছেন তেমনি অনেক বিষয়ে সাহায্যও করিয়াছেন। ঈশ্বরের চরম প্রার্থনা যেন তিনি বিঘ্নসমূহ দূর করিয়া দেন যাহাতে শী ইহার সমস্ত খণ্ডের ছাপা সমাপ্ত করিয়া পাঠকদিগের হস্তে অর্পণ করিতে পারি। ইতি

গ্রন্থকর্তা—

আমিষ ও নিরামিষ আহার ।

ভূমিকা ।

দেবপূজা ও যজ্ঞের উৎপত্তি ।

স্বভাবের প্রতি দৃষ্টিপাত করিলে আমরা দেখিতে পাই, শিশু জন্মগ্রহণ করিয়াই মাতৃস্তন্যপানে পরিপুষ্ট হয়। দেখা যায় এই স্বাভাবিক নিয়ম মানব জাতির শৈশবাবস্থাতেও কার্য্য করিয়াছে; মানব জাতিও অতি শৈশবে প্রকৃতিপালিত শিশু ছিল, প্রকৃতির স্তন্যরূপ ফল মূল আহার করিয়া জীবন ধারণ করিত। শৈশবাবস্থায় প্রকৃতিদত্ত ক্ষুধা বা আহারে-চ্ছাই মানবকে প্রধানতঃ উন্নতির পথে অগ্রসর করিয়া দিয়াছে। এই আদিমকালে মানবকে কে দেখিত? কে মানুষ করিয়া তুলিয়াছে? স্বয়ং পরমেশ্বর পিতার ত্রায় ও প্রকৃতি দেবী স্নেহময়ী জননীর ত্রায় স্বহস্তে লালন পালন করিয়াছেন। বয়ো-বৃদ্ধির সঙ্গে সঙ্গে প্রকৃতির ক্রোড় ত্যাগ করিয়া মানব যতই স্বাধীনভাবে বিচরণ করিতে শিখিল, ততই তাহার অন্তর্নিহিত ধীশক্তিও ধীরে ধীরে প্রস্ফুটিত হইয়া জগতের বিষয় জানিবার জ্ঞান উৎসুক হইল। মানব সভ্যতার সেই প্রাক্কাল ব্রহ্মহৃদের ত্রায় অতি পবিত্র কাল। সেই উষাকালে প্রাকৃতিক দীর্ঘসমুহ ধরণীর প্রথম সন্তানদিগের হৃদয়ে না জানি কত নব নব ভাব উদ্দীপিত করিয়াছিল। ইহা বৈদিক যুগেরও পূর্বকালের কথা। এই অতি আদিম কালে হয়ত মানবের ভালরূপ বাক্যস্ফুট হয় নাই। ভূ কিস্মা ও ইহারি অনুরূপ অস্ফুট ছই চারিটা একাক্ষর শব্দে ভাব ব্যক্ত করিত। শিশুর ত্রায় নির্বাক ধ্যানমগ্নের অবস্থা

সে সময়ের সহজ ভাব। ইহা মরীচি, কশ্যপ প্রভৃতি প্রজাপতি ঋষিদিগের সময়কার কথা বলিতেছি। এই প্রজাপতির সময়ে মানবসমাজ প্রকৃতপক্ষে প্রকৃতির সৃতিকাগুহে অবস্থিতি করিতেছিল বলা যাইতে পারে। * মহাভারতাদি প্রাচীন ইতিহাস গ্রন্থের সাহায্যে জানা যায় যে এই কশ্যপ প্রভৃতি প্রজাপতিগণই দেব দানব উরগ যক্ষ রক্ষ প্রভৃতি নানা জাতীয় মানবের উৎপত্তির মূলে। পাশ্চাত্য পণ্ডিতেরা যে আজকাল পৃথিবীর সমস্ত মানুষ জাতিকে, ককেশিয়, মোঙ্গোলিয় প্রভৃতি তিন চারিটা ভাগে বিভক্ত করেন, ইহাদিগের সকলেরই মূলে কশ্যপ প্রভৃতি প্রজাপতিগণ। কেবল দেশ, অবস্থা ও আচারভেদে আৰ্য্য অনার্য্যের মধ্যে প্রভেদ কালে এতটা বদ্ধমূল হইয়া গেছে নহিলে কশ্যপ প্রভৃতি প্রজাপতিরূপ বীজ হইতে আৰ্য্য অনার্য্য প্রভৃতি নানা শাখা প্রশাখায় বিভক্ত সুবিশাল মানব বৃক্ষের উৎপত্তি। এ সকল প্রমাণ সহকারে “মানব জাতি-তত্ত্ব” সবিশেষ আলোচনা করা গিয়াছে। এ ভূমিকা সে সকলের বিস্তৃত আলোচনার স্থান নহে। প্রকৃত পক্ষে এক্ষণে বাহারা এক একটা প্রধান জাতিরূপে পরিণত, এককালে তাহারা জাতি সম্বন্ধে সম্বন্ধ ছিল। জাতিবিরোধই ক্রমে বিশালতা প্রাপ্ত হইয়া অনেকস্থলে জাতিবিরোধ বা জাতিশত্রুতার পরিণত হইয়াছে। এই আদিম প্রজাপতি ঋষিগণ হইতে নানা জাতীয় মানব উৎপন্ন হইলেও উহাদিগের মধ্যে প্রথমে দেবতারাই জ্ঞানে বিজ্ঞানে ও দীক্ষিত্তে সর্ববিষয়ে অগ্রাগ্র শাখার বা

* মরীচি, কশ্যপ প্রভৃতি প্রজাপতিগণেরও মূলে জগতের আদিপুরুষ ব্রহ্মা। ব্রহ্মা স্বয়ং অর্থাৎ স্ত্রী পুরুষের সংযোগে ইহার সৃষ্টি হয় নাই। ইনি ঈশ্বরসৃষ্ট আদি পুরুষ বা প্রথমকাল মনুষ্য। তাই ব্রহ্মা সৃষ্টিশক্তিরূপে কতি হইলেন।

জাতির অপেক্ষা শ্রেষ্ঠত্ব লাভ করিয়াছিলেন। দৈত্য দানব প্রভৃতি অজ্ঞান্য জাতিগণ জ্ঞানচর্চায় উন্নত না হইয়া কেবল অধিক মাত্রায় হিংসা কাম ও ক্রোধ প্রভৃতি ব্যসনে আসক্ত হইয়া দেবতাদিগের সহিত শত্রুতা আচরণ করিত। ক্রমে উন্নতির পথে অগ্রসর হইতে হইতে দেবতারা সভ্যতার উচ্চতর শৃঙ্গে আরোহণ করিতে লাগিলেন আর দৈত্য দানবেরা অবনতির ঘোর অন্ধকারে নিপতিত হইল।

পূর্বেই বলিয়াছি আদিমকালে আহারেচ্ছাই মানবকে উন্নতির পথে অগ্রসর করিয়াছে। এই আহারেচ্ছাটা কি না প্রকৃত-পক্ষে আহরণেচ্ছা। প্রথম হইতেই মানব আত্মরক্ষার জন্ত প্রকৃতি হইতে নানা বিষয় আহরণ করিতেছে। সকল প্রকার আহরণের মূল হেতুই আত্মরক্ষা। এই আত্মরক্ষার ভাব যদি দেখি না দিতেন তাহা হইলে কেহই কোনরূপ আহরণ কার্যে নিযুক্ত হইত না। কিন্তু এই আত্মরক্ষার ইচ্ছা নীরসভাবে সম্পন্ন হওয়া হ্রস্ব, কারণ আত্মরক্ষারূপ ভাবের প্রেরণিতা পরমেশ্বর স্বয়ং রসস্বরূপ—রসো বৈ সঃ। সেই হেতু আত্মরক্ষার একটি বিশেষ উপাদান রসাহরণ। এই রসের আনন্দের জন্য মানব, আহারের উৎকর্ষচেষ্টায় প্রবৃত্ত হয়। এই রসের আনন্দের জন্যই দেবতারা সে কালে ক্রমে ধীশক্তি ও জ্ঞানবলে নানাবিধ সুস্বাদু মানবোপযোগী খাদ্য আবিষ্কার করিতে লাগিলেন, কোনটী খাইতে সুস্বাদু ও কোনটী খাইলে বিশেষ বলাধান ও পুষ্টি লাভ হয় সেই সকল নির্বাচন করিয়া ফল মূলের রসাস্বাদে পরিতৃপ্ত হইতেন। যেমন সোমলতার ঝনানাপুষ্টিকর গুণ থাকায় সে সময়ে সোমরস দেবতাদিগের বড়ই প্রিয় হইয়া উঠিয়াছিল। গো-ছাগ প্রভৃতি পশুগণকেও, আহারের জন্ত ও নানা-

বিধ সাংসারিক কৰ্মের সুবিধার জন্য তাঁহারা পালন করিতে লাগিলেন। গোহৃৎ খাদ্যরূপে প্রচলিত হইল। হৃৎসার হবি প্রস্তুত প্রণালীও উদ্ভাবিত হইল। যে ঘৃতের জন্য মনুষ্য আজ কৃতার্থ। যাহার সাহায্য বিনা কি আমিষ কি নিরামিষ কোন প্রকার খাদ্যই সুসিদ্ধ হয় না সেই ঘৃত জগতে প্রথম প্রচলন করেন দেবতারা। হবি দেবগণের প্রাণের প্রিয় জিনিষ ছিল। দেবতারা এই যে হবি মানবের খাদ্যরূপে প্রচলন করিয়া গেলেন তাহা এ পর্য্যন্ত খাদ্যপাকে সর্ব প্রধান আসন গ্রহণ করিয়া আছে। কাম ক্রোধাদি রিপুগণের বশীভূত অশুরেরা কিন্তু হিংস্র স্বভাবের কারণে মাংসাশী হইয়া উঠিল। সে সময়ে মহাবল অশুরেরা মাংসাদি ঘৃতাতির দ্বারা পরিপাক করিবার অপেক্ষা রাখিত না, তাই তাহারা সচরাচর অসত্যদিগের দ্বারা আম মাংস প্রভৃতি ভক্ষণ করিয়া জীবন ধারণ করিত। দেবাসুরের মধ্যে বিরোধীভাবের সঙ্গে বিরোধী আহারেরও সূত্রপাত হইল। পিশাচ অশুরেরা আমমাংস প্রভৃতি ভক্ষণ করিত আর উন্নত হৃদয় দেবতারা হৃৎ সোমরস, ঘৃত ও বৃক্ষফল প্রভৃতি অমৃতোপম নিরামিষ আহারে প্রধানতঃ জীবন ধারণ করিতেন।

দেবযুগে মানবসভ্যতার প্রথম সোপান প্রস্তুত হইয়াছিল। তৎপরে জগতে আরেক নবযুগ আসিয়া দেখা দিল। দেবযুগের পরে ঋষিযুগের প্রাভাব। দেবযুগে মানব, প্রকৃতির ক্রোড়ে শিশুর দ্বায় ছিল। মাতৃক্রোড়ে থাকিয়া শিশুরা যেমন সহজভাবে ক্রীড়া করে সেইরূপ মানবসমাজের শৈশবাবস্থায় দেবতারা (দ্যুতিশীল মনুষ্যেরা) প্রকৃতির ক্রোড়ে থাকিয়া প্রকৃতির শিশুর ন্যায় সহজ ভাবে ক্রীড়া করিয়া গিয়াছেন। সংস্কৃত দিব ধাতুর অর্থই ক্রীড়া করা।

দিবাতে ক্রীড়তে যম্মাস্তম্মাদেব ইতি প্রোক্তঃ ।

প্রকৃতির শিশু দেবতাদিগের এই সহজভাবেব জন্য দেবতাদিগের 'লীলাখেলার' কথা লোকে প্রসিদ্ধ। আত্মার ক্রীড়া-শীলতাই দেবগণের ছাতিশীলতার প্রধান কারণ। ক্রীড়াশীলতার অভাবে অর্থাৎ অকর্মণ্য হইলে আত্মা নিশ্চিন্ত হইয়া পড়ে। ক্রীড়া-শীলতা ও ছাতিশীলতা এই দুই ভাবই দেবত্বের মধ্যে বিদ্যমান। দেবযুগের পরে যে নব যুগ উহাই বেদযুগ বা বৈদিক ঋষিদিগের যুগ। এ যুগে মানব-সমাজ শৈশবাবস্থা হইতে বাল্যে পদার্পণ করিয়াছে। এযুগে মানব, বাক্যের দ্বারা মনোভাব পরিস্ফুট করিতে সমর্থ হইয়াছে। এই ঋষিযুগে দেবযুগের ন্যায় লোকে আর সে সহজভাবে ক্রীড়া করিতে পারিল না কিন্তু শিশু যেমন বাল্যে পদার্পণ করিলে বিদ্যাভ্যাসে মনোনিবেশ করে সেইরূপ এ এযুগে লোকে জ্ঞানার্জন বা বিদ্যাচর্চায় প্রবৃত্ত হইল। দেবযুগের ধাতু 'দিব'র পরিবর্তে ঋষিযুগের ধাতু 'বিদ' (বিদ ল জ্ঞানে) হইল। বৈদিক ঋষিরা দেবভক্ত ছিলেন। দেবতারা যে সকল ক্রিয়ার দ্বারা মানবসমাজকে আলোকিত করিয়া গেলেন ঋষিরা তজ্জন্তু ভক্তিভরে নানা ছন্দে দেবগণের মহিমা গান করিয়া ঋক সমূহ রচনা করিলেন। ভক্তের তবে কোথাও বা রঞ্জিতও হইয়াছে কোথাও বা ভাবের সমাবেশে প্রকৃত বিষয় সমাচ্ছন্ন হইয়াছে। তাই এক্ষণে বহু সহস্র বর্ষ পরে বেদসূক্তগুলি দূর হইতে আমাদের নিকট প্রাকৃতিক দৃশ্যের স্ফূর্তি প্রতিভাত হয়। বস্তুতঃ বেদের ইতিহাসাংশ কবিত্বে রঞ্জিত হইয়া সুন্দর আকার ধারণ করিয়াছে।

যে দেবগণের স্তুতিগানে বেদের এত মহাশ্রদ্ধা সেই দেবতারা অদিতির সন্তান। কশ্যপভার্য্যা অদিতির দ্বাদশ তনয় হইতেছে দ্বাদশ আদিত্য। আদিত্য নাম হইয়াছে অদিতির তনয় বলিয়া।

দ্বাদশ আদিত্য কাহারা ? মহাভারতের আদি পর্বে স্পষ্টই লিখিত আছে “প্রজাপতি কশ্যপের ঔরসে ও দক্ষ কন্যা অদিতির গর্ভে দ্বাদশ আদিত্য জন্মিয়াছেন । হে রাজন ! তাঁহাদের প্রত্যেকের নাম কীৰ্ত্তন করিতেছি যথা ;—ধাতা, মিত্র, অর্য্যামা, শক্র, বরুণ, অংশ, ভগ, বিবস্বান, পুষা, সবিতা, ত্বষ্টা ও বিষ্ণু । এই দ্বাদশ পুত্রের মধ্যে কনিষ্ঠ সর্কাপেক্ষা গুণবান ।” ঋগ্বেদের দেবগণের বিষয় এত স্পষ্টরূপে উল্লিখিত হইলেও আমরা কেন যে তাহা একবার চক্ষু মেলিয়া দেখি না ইহাই আশ্চর্য্য । দেবগণের মধ্যে বিষ্ণু “সর্কাপেক্ষা গুণবান” বলিয়াই ‘বিষ্ণু’ পরবর্ত্তী কালে ঈশ্বরের অবতাররূপে কল্পিত হইয়াছেন ইহা বুঝা যায় ।

পুষা, শক্র প্রভৃতি অদিতিতনয় এই দ্বাদশ আদি দেবগণের স্তুতিতেই দেখা যায় ঋগ্বেদের অধিকাংশ ধ্বনিত । কোথাও বা বিবস্বান দেব তপনচ্ছটায় দীপ্ত পাইতেছেন, কোথাও বা বিশাল হৃদয় শুভ্রকাস্তি বরুণদেব সমুদ্রপহারী সলিলরাশির ন্যায় বিরাজ করিতেছেন, কোথাও বা বজ্রবিদ্যাকারী মহাশক্তিশালী শক্র দেব-রাজ রূপে শোভা পাইতেছেন । ঋগ্বেদে এ সকলি বর্ণিত হইয়াছে ।

ঋষিরা ঋগ্বেদে দেবগণের উদ্দেশে শুদ্ধ ভক্তি পুষ্পাঞ্জলি স্বরূপে এই স্তবগুলি লিখিয়াই ক্ষান্ত হন নাই । তাঁহারা পূজ্যপাদ দেবতা-দিগের উদ্দেশে তাঁহাদের ঘৃতাদি প্রিয় বস্তুও উৎসর্গ না করিয়া তৃপ্ত হইতেন না । লোকান্তরিত পূজ্য ব্যক্তির উদ্দেশে তদীয় প্রিয়বস্তু উৎসর্গ করা স্বাভাবিক, তাই দেবযুগের পরবর্ত্তী কালে দেবভক্ত ঋষিরা অমরত্বপ্রাপ্ত দেবগণের প্রিয়বস্তু হবি প্রভৃতি উৎসর্গ না করিয়া থাকিতে পারেন নাই । ভক্তি পূর্ব্বক দেবতা-দিগের উদ্দেশে এই হবি প্রভৃতি উৎসর্গের নামই আমরা এক কথায় দেবপূজা বলিতে পারি । দেবভক্তির নামই দেব পূজা । দেব-

পূজা বলিতে কল্পনায় দেবতার তুষ্টি সাধন। ইহা ঈশ্বরোপাসনার সমান আসন গ্রহণ করিতে পারে না। যেমন আমরা কোন পরলোকগত পূজা ব্যক্তিকে শ্রদ্ধা বা ভক্তি করিয়া তাঁহার নামে কোন দ্রব্য উৎসর্গ করি, বৈদিক কালে ঋষিদিগের দেবপূজার কারণে হবি উৎসর্গও সেইরূপ। এই দেবপূজা হইতেই যজ্ঞের উৎপত্তি। ভক্তি সহকারে দেবতার উদ্দেশে হবি উৎসর্গ হইতেই যজ্ঞের আবির্ভাব। ঋষিরা দেবতাদিগের নামে হবি যে উৎসর্গ করিবেন, তাহা কি উপায়ে করিবেন? এই ভাবিয়া ঋষিরা তেজঃপূর্ণ অগ্নির সাহায্য লইলেন। মনুষ্য “উদ্ধমূল”, তাহার মনের গতি স্বভাবতঃ উর্দ্ধদিকে। দেবতারা অন্তর্হিত হইয়াছেন; ঋষিদিগের মনে প্রশ্নের উদয় হইল, কোথায় গিয়াছেন? উত্তর পাইলেন উর্দ্ধে। এই কারণে ঋষিরা দেবগণকে স্বর্গলোকে প্রতিষ্ঠিত করিলেন। দেবতারা যে উর্দ্ধে অবস্থিতি করিতেছেন ঋষিদিগের মনে তাহা আরও এক কারণে উদয় হইতে পারে। দেবতারা উচ্চভূমি হিমালয়ের পার্বত্য প্রদেশ সমূহে বাস করিতেন, আর পরবর্তী বৈদিক যুগের ঋষিরা মর্ত্তভূমি ভারতের নিম্ন আর্য্যাবর্ত্তের অধিবাসী ছিলেন। হিমালয় অঞ্চলের সাস্থ্যকর পার্বত্য প্রদেশের এক নামই স্বর্গ বা অমরধাম ছিল, আর মারীমরকাকান্ত ভূমির নিম্ন ভূমি আর্য্যাবর্ত্তের নাম মর্ত্তভূমি ছিল। জার্মান ভাষায় “হিম্মেল”(himmel) শব্দের অর্থই স্বর্গ। “হিম্মেল” যে “হিমাগর” শব্দের সংক্ষেপ তাহা আর কাহাকেও বলিয়া দিতে হইবে না, ভাষার সাদৃশ্যবশতঃ ইহা সহজেই বুঝা যায়। হিমালয়ের উর্দ্ধে দেবগণের অবস্থানই যে ঋষিদিগের পূর্বোক্ত কল্পনার বিশেষ সহায়তা করিয়াছে তাহা বোধ হয়। স্বর্গস্থ দেবতাদিগের উদ্দেশে যে যত উৎসর্গ করা হইতেছে তাহাকেও উর্দ্ধে প্রেরণ করা চাই। কি উপায়ে হবি প্রেরিত হইবে?

উর্দ্ধশিখ, দীপ্তিমান অগ্নিকে উপযুক্ত ভাবিয়া এই কার্যে নিযুক্ত করিলেন। ঋষিরা অগ্নিতে ঘৃতের আহুতি দিতেন কারণ অগ্নিই ঘৃতকে উর্দ্ধে পরিব্যাপ্ত করিত; তাঁহারা ভক্তি ভরে কল্পনা করিয়া লইতেন যে অগ্নি দ্বারা উর্দ্ধে এরিত ঘৃত স্বর্গস্থ দেবতার। ভোগ করিয়া তুষ্ট হইয়াছেন এবং তাঁহাদের হবনও সার্থক হইয়াছে। এইরূপে বৈদিক ঋষিদিগের দ্বারা দেবপূজার কারণে অগ্নিতে ঘৃতাহুতির প্রচলন হইল। ইহা হইতেই যজ্ঞের সূত্রপাত। ইহাই ক্রমশঃ শাখা প্রশাখায় বিস্তার প্রাপ্ত হইয়াছে। একালে যেমন পরলোকগত মহাত্মাগণের স্মরণার্থে মহাধূম সহকারে সভাসমিতি আহুত হয়, বৈদিককালে সেইরূপ ঋষিদিগের কর্তৃক দেবগণের জন্ত মহাধূম সহকারে যজ্ঞের হবি আহুত হইত। ইহা ঋষিদিগের অন্তঃকারণের একটি বিশেষ অঙ্গ ছিল। ইহারি জন্য বন হইতে কাষ্ঠ সংগ্রহ করিয়া আনিতে হইত পরে কাষ্ঠে কাষ্ঠে ঘর্ষণের দ্বারা অগ্নি জ্বালাইতে হইত, এবং ছন্ধসার হবি প্রস্তুত করিয়া সেই অগ্নিতেই আহুতি দিতে হইত। প্রাণের সহিত যে কৰ্ম্ম করা যায় তাহার সফল আছেই। সরল প্রাণ ঋষিরা দেখিলেন তাঁহাদিগের হবি উৎসর্গের ফলে স্রুষ্টি হইতেছে। তাঁহাদিগের মনে হইল যে দেবতা প্রসন্ন হইয়াছেন তাহারি ফলে এই স্রুষ্টি হইতেছে, শস্য ভাল হইতেছে। ক্রমশঃ তাঁহারা সিদ্ধান্তে আসিলেন যে অগ্নিতে ঘৃত নিক্ষেপ স্রুষ্টি করিবার এক মন্দ উপায় নয়। ঘৃতধূম আকাশে ছড়াইয়া মেঘের কারণ হয় এবং ঘৃতসম্পৃক্ত বৃষ্টিজলও অনেক পরিমাণে শস্যবর্দ্ধক হয়, যখন সেকালের বিজ্ঞানে ঘৃতাহুতির এই সফলতা প্রতিপন্ন হইল তখনই ইহা সর্ব্ববাদীসম্মত হইল। লক্ষ্যসাধরণে ঘরে ঘরে হোম করিতে লাগিল। তখনই মনু এই সিদ্ধান্ত লিপিবদ্ধ করিতে পারিলেন।

অগ্নী প্রাপ্তাহতিঃ সমাগে দিবানুপহিতঃ ।

আদিত্যজ্জ্বলতে বৃষ্টি বৃষ্টিরঙ্গং ততঃ প্রজাঃ ॥

“অগ্নিতে আহতি প্রদান করিলে সূর্য্যের উপস্থান হয়, সূর্য্য হইতে বৃষ্টি হয়। বৃষ্টি হইলে শস্য জন্মে, এবং শস্য হইতে প্রজা উৎপাদিত হয়।” দেখ ঋষিদিগের সেই দেব ভক্তির কারণে হবি উৎসর্গ হইতে কত শুভ ফল ফলিল। কোথাকার জল কোথায় দাঁড়াইল। শুভকর্ম্ম এমনি জিনিষ যে একটি শুভকর্ম্মের বীজ আরম্ভ করিলেই শত শত আশুষ্ণিক শুভফল আসিয়া পড়ে। দেখ ঋষিরা দেবতাদিগের তুষ্টি করিতে গিয়া দেখেন যে হোমটা সূর্য্যটির এক বৈজ্ঞানিক উপায়। হোমের শুভফল এখানেই পর্য্যবসিত হইল না, হোমের জন্য কাষ্ঠাদি আহরণ করিতে গিয়া ভারতের কত বনজ ফলমূলও আবিষ্কৃত হইল এবং অগ্নিসংযোগে ঋষিসভায় তাহাদের গুণাগুণ পরীক্ষিত হইবার এক পথ হইল। এইরূপে যজ্ঞের ফলে মানবের কোন্টা আহাৰ্য্য কোন্টা বা আহাৰ্য্য নয় তাহাও এই সঙ্গে ক্রমে অগ্নিপরীক্ষা দ্বারা আৰ্য্য ঋষিদিগের কর্তৃক স্থিরীকৃত হইতে চলিল।

যজ্ঞ ও অগ্নি ।

পূর্বেই দেখাইয়া আসিলাম ঋষিরা দেবপূজার কারণে যজ্ঞগতে যজ্ঞের প্রবর্তন করিলেন তাহাতে অগ্নি সর্ব্বপ্রধান আসন গ্রহণ করিত। অগ্নি বিনা যজ্ঞ নিষ্পন্ন হইতে পারিত না। ঋগ্বেদের কোন সূক্তে অগ্নি ‘যজ্ঞের সন্নাট’ ‘বিদথেষু সন্নাট’ * বলিয়া উক্ত

* ঋগ্বেদ তৃতীয় মণ্ডল ৫৫ সূক্ত ।

হইয়াছে। অগ্নি কোন্ সময় হইতে মানবের কার্য্যে আসিয়াছে তাহা নিশ্চয়পূর্ব্বক কে বলিতে পারে। ঋগ্বেদের প্রথম স্তোত্রেই মধুচ্ছন্দা ঋষি বলিতেছেন,—

অগ্নিঃ পূর্বেভি ঋষিভি রীড়্যো নৃতনৈরুত।

“অগ্নি পূর্ব্ব ঋষিদিগের স্তুতি ভাজন হইয়া আসিতেছেন, এবং নূতন ঋষিদিগেরও স্তুতি ভাজন।” সম্ভবতঃ আদি কাল হইতেই অগ্নির সঙ্গে মানবের পরিচয়। অগ্নিতেজই প্রথমে মনুষ্যকে অগ্নির প্রভাব বুঝাইয়া দিয়াছিল। ক্ষুধার সময়ে মনুষ্য যখন অগ্নিতাপের অমূ-রূপ তীক্ষ্ণতাপ বা দাহ অনুভব করিল তখনও বুঝিল যে শরীরের অভ্যন্তরে অগ্নি কার্য্য করিতেছে। পশুরাও অগ্নির প্রভাব অনুভব করিয়া থাকে কিন্তু জ্ঞান বা ধীশক্তির অভাবে কার্য্য কারণের সম্বন্ধ বুঝিতে পারেনা। মনুষ্যের কিন্তু এই জ্ঞান বা ধীশক্তিতুকু থাকাতেই একটা কোন ঘটনা ঘটিতে দেখিলেই সে তাহার কারণানুসন্ধানে প্রবৃত্ত হয়। যখন বজ্রাগ্নিতে পর্ব্বত-শৃঙ্গ ভগ্ন চূর্ণ হইতে লাগিল, যখন বৃক্ষের শাখায় ঘর্ষণ লাগিয়া অরণ্যে অগ্নি প্রজ্জ্বলিত হইয়া উঠিল তখন মানবকে অন্তর্নিহিত ধীশক্তি ভিন্ন আর কে তাহার কারণ বুঝাইয়াছিল! কাঠে কাঠে বা প্রস্তরে প্রস্তরে ঘর্ষণ দ্বারা যে অগ্নি উৎপন্ন হয়, ইহা মানব প্রথমে প্রকৃতি-পুস্তক পাঠে শিক্ষা করিয়াছিল।

পূর্বেই বলিয়া আসিয়াছি যে আদিযুগে দেবগণের অভ্যাদয়ের পূর্বে প্রজাপতিগণ বিদ্যমান ছিলেন। মহাতেজস্বী অগ্নিরা এই প্রজাপতিগণের অন্যতম। মহর্ষি অগ্নিরাই সম্ভবতঃ সর্ব্বপ্রথমে মানবের কার্য্যে অগ্নির আশ্রয়তা বুঝিয়া অগ্নিকে নিরোগ করেন। মহাভারতের একস্থলে দেখা যায় অগ্নি প্রজাপতি অগ্নিরাকে সোধোদন করিয়া বলিতেছে

অগ্নিঃ প্রথমোভব ভবিষ্যামি দ্বিতীয়োহং *

“তুমি প্রথম অগ্নি হও, আমি দ্বিতীয় হইব।” একথার তাৎপর্য এই যে অগ্নিরাই অগ্নিকে প্রথম প্রচলিত করিয়াছেন তাই গুরুস্বরূপ অগ্নিরাই অগ্নি যেন প্রথম আসন দিতে প্রস্তুত। অগ্নিরা নামেও বুঝা যায় যে অগ্নির সহিত অগ্নিরার ঘনিষ্ঠ সম্বন্ধ ছিল। ঋগ্বেদের প্রথম স্তোত্রটীতেও অগ্নিকেই অগ্নিরা নামে সম্বোধন করা হইয়াছে

যদংগ দাভুযে স্বমগ্নে তদ্রঃ করিষ্যসি। তবোত্তং সত্যমংগিরঃ ॥

হে অগ্নি! তুমি হবাদাতা যজ্ঞমানের যে কল্যাণ সাধন করিবে, হে অগ্নিরা সে কল্যাণ প্রকৃত তোমারই।

অগ্নির এই ‘অগ্নিরা’ নাম ইহার প্রথম প্রচলনকারী মহর্ষি অগ্নিরার নাম হইতেই আসিয়া থাকিবে। অগ্নিরা যে এই মানবের কার্যে অগ্নি প্রচলনের স্ত্র ধরাইয়া দিয়াছিলেন সেই অবধি অগ্নির ব্যবহার চলিয়া আসিতেছে। নানাবিধ সাংসারিক কৰ্ম্মের সুবিধার জন্ত ক্রমে অগ্নি সকলেরই প্রিয় বস্তু হইয়া উঠিল। রজনির অন্ধকারে অগ্নি আলোক প্রদান করিতে লাগিল। লোকে অগ্নির সহায়ে কঠিন ধাতু দ্রব্য প্রভৃতি গলাইতে লাগিল। অগ্নি পাক কার্যে নিযুক্ত হইল। কিন্তু তাহা হইলেও যজ্ঞের দ্বারা যেমন অগ্নির সম্মান বাড়িল এমন আর ইতিপূর্বে অন্য কিছু দ্বারা হয় নাই। তাই জাতবেদা অগ্নিকে আবাহন করিয়া ঋগ্বেদের সর্বপ্রথম স্তোত্রে বৈদিক ঋষি গাহিয়াছেন—

অগ্নিমীলে পুরোহিতং হোতারং রত্নধাতমম্ যজ্ঞস্য দেবমৃষিজং

“অগ্নি যজ্ঞের পুরোহিত এবং দীপ্তিমান, অগ্নি হোতা, ঋষিক এবং প্রভূত রত্নধারী; আমি অগ্নির স্তুতি করি।”

ইহাই ঋগ্বেদের সর্বপ্রথম ঋক ; ইহার সর্বপ্রথম শব্দটোও অগ্নি। যজ্ঞে অগ্নির প্রচলন হওয়া অবধি উহার সম্মান বৃদ্ধি হইল কেন তাহা নিম্নোক্ত উদাহরণের দ্বারা স্পষ্টই বুঝা যাইবে। কোন ব্যক্তি নিজের স্বার্থ বা সুখভোগের জন্ত অর্থ ব্যয় না করিয়া যদি তাহা দরিদ্রভরণ প্রভৃতি সাধারণের শুভকার্য্যে ব্যয় করে তাহাতে তাহার অর্থের যেমন সার্থকতা ও গৌরব বৃদ্ধি হয় ইহাও সেইরূপ। গৃহে নিজ নিজ পাককার্য্যপ্রভৃতির জন্ত অগ্নির আদর ত ছিলই কিন্তু তদপেক্ষা আদর বা গৌরব বৃদ্ধি পাইল তখন যখন অগ্নি যজ্ঞরূপ সাধারণের কার্য্যে নিযুক্ত হইল। যজ্ঞীয় অগ্নির দ্বারা দেবগণের তুষ্টিসাধনে বৃষ্টি প্রভৃতি উৎপন্ন হইয়া সর্বসাধারণের মঙ্গলজনক হয়, ইহাই প্রধানতঃ অগ্নির গৌরব বৃদ্ধির কারণ। তাই অগ্নি বৈদিক ঋষিদিগের নিকট গুরোহিত, যজ্ঞের সম্রাট বলিয়া সম্মানভাজন হইয়াছেন।

বাস্তবিকই সে সময়ে যজ্ঞাদির নিত্য প্রয়োজনীয়তা ছিল। পূর্বে বলা গিয়াছে যে দেবগণ হিমালয়ের উর্দ্ধে পার্কৃত্য প্রদেশের অধিবাসী ছিলেন। সে প্রদেশে তাঁহাদিগের স্বাস্থ্য অক্ষুণ্ণ থাকিত। কাশ্মীর, তিব্বত, পামির প্রভৃতি হিমালয়ের সন্নিহিতবর্তী পার্কৃত্য-প্রদেশসমূহ পুরাকালে স্বর্গধামের অন্তর্গত ছিল। এখনও যেমন ভূগোলে পামিরের উচ্চভূমিকে পৃথিবীর ছাদ roof of the world বলিয়া থাকে সেইরূপ সে কালে এ প্রদেশ দেবগণের আবাস সূমের নামে প্রসিদ্ধ ছিল। বর্তমানেও এ প্রদেশের কোন কোন অংশ সেই প্রাচীন সূমের নাম পরিত্যাগ করে নাই দেখা যায়। 'সুমরথও' নাম সূমেরও হইতে উৎপন্ন হইয়া থাকিবে। এই দেবধাম হইতে আর্য্যেরা ক্রমে দক্ষিণে ভারতের অভিমুখে অগ্রসর হইতে লাগিলেন। দেবগণের সর্ব কনিষ্ঠ ও সর্বাপেক্ষা গুণবান

বিষ্ণুর এই ভারতভূমির দিকে বিশেষ দৃষ্টি ছিল। তিনি দক্ষিণে একপদ অগ্রসর হইয়া দেবলোক হইতে ভারতের মৃত্তিকাময় মর্ত্যভূমিতে অবতরণ করিয়াছিলেন। দেবগণের মধ্যে বিষ্ণু ভারতে প্রথম পদনির্দেশ করিয়াছিলেন বলিয়াই বিষ্ণুপদ ভারতে চিরদিন সম্মানিত হইয়া আসিতেছে। তাই ভারতের মৃত্তিকা ‘বিষ্ণুপদাক্রান্ত’ বলিয়া উক্ত হইয়াছে। বিষ্ণু প্রথমে ভারতে অবতরণ করিয়া ভারতে আৰ্য্য উপনিবেশের পথ উন্মুক্ত করিয়া দিলেন বলিয়াই ঋষিরা বিষ্ণুর সেই স্মৃতিপথে জাগরুক রাখিবার জন্যই ভারতের মহাপুরুষগণকে বিষ্ণুর অবতার রূপে গণ্য করেন। অর্থাৎ বিষ্ণু যেমন ভারতে অবতরণ করিয়া ভারতকে ঘোর অন্ধকার হইতে উদ্ধৃত করিয়া জনসমাজের উপযোগী করিয়া তুলিলেন সেইরূপ বিষ্ণুর অবতারেরাও যুগে যুগে ভারতকে অন্ধকার হইতে উদ্ধার করিয়া আলোক প্রদান করেন। বিষ্ণুর অনুবর্তী হইয়া অনেক আৰ্য্য ঋষিরা ভারতে আসিয়া বসবাস আরম্ভ করিয়া দিলেন। ক্রমে ভারতের ব্রহ্মাবর্ত, লোকসঙ্খুল জনপদে পরিণত হইল। ঈশ্বর মনের নিয়ন্তা। তিনি উপযুক্ত সময়ে উপযুক্ত ভাব প্রদান করেন। বৈদিক ঋষিরা দেবগণের স্মরণার্থে অগ্নির দ্বারা যজ্ঞ হোমাদি করিতে লাগিলেন। ভারতের অরণ্যে সে সময়ে সে সকলের বিশেষ প্রয়োজনীয়তা ছিল। সে সময়ে জনশূন্য ভারতের অরণ্য প্রদেশে অগ্নির সহায় ভিন্ন বসবাস করিবার কোন উপায় ছিল না। যজ্ঞের নামে তাঁহাদিগকে নিত্য সমিধভার আহরণ করিতে হইত, ইহাতে অনেক অরণ্যের বৃক্ষাদি ভস্মীভূত হইয়া লোকবাসের উপযোগী হইয়া উঠিতে লাগিল; ক্রমে ঋষিরা সেইস্থানে আশ্রম প্রতিষ্ঠা করিতে সমর্থ হইয়াছিলেন। শুদ্ধ ইহাই নহে, অরণ্যের হৃষ্ট বায়ু, পুষ্পাদির দৌরভে এবং অগ্নির সঞ্চালনী শক্তির

দ্বারা দূৰীভূত হইতে লাগিল। অরণ্যচর পশুরাও অগ্নির ভয়ে
দূরে পলায়ন করিতে লাগিল। ঋষিদিগের দেবযজ্ঞ হইতে
এতগুলি বিষয় আনুষ্ঠানিকরূপে সংসাধিত হইতে লাগিল। ক্রমে
তাই যজ্ঞের উপকারিতা বুঝিলে লোকে উহার আদর বাড়িতে
লাগিল। ঋষিরা ঋক রচনার অপেক্ষা যজ্ঞেতেই অধিক মনো-
নিবেশ করিলেন।

কিন্তু ঋগ্বেদ যে কেবল প্রাকৃতিক অগ্নিকেই সম্মানিত করি-
য়াছেন তাহা নহে, অগ্ন্যুপাধিক মনুষ্যকুলও বেদে সম্মানিত
হইয়াছেন। পুরাকালে এক শ্রেণীর মনুষ্যদিগের উপাধি অগ্নি
ছিল। এই অগ্নি নামা মনুষ্যকুলের ক্রিয়া কৰ্ম্ম সকলি বিশেষ
ঘনিষ্ঠ ভাবে অগ্নির সহিত সংশ্লিষ্ট ছিল। যেমন পূজারি ব্রাহ্মণ-
কুল ঠাকুরের নামে ঠাকুর উপাধি লাভ করিয়াছেন এই অগ্ন্যুপা-
ধিক মনুষ্যকুলের বেলায়ও সেইরূপ ঘটয়াছে দেখা যায়। প্রজাপতি
অগ্নির পরবর্তীকালে অগ্নিনামা মনুষ্যকুলের প্রথম কাহাকেও
ধরিতে হইলে হতাশনের নাম করিতে হয়। এই হতাশন নামে
খ্যাত ব্যক্তিই জগতে প্রথম অগ্নির প্রসার বৃদ্ধি করিয়া গিয়াছেন।
তাই অগ্নির নামে হতাশন প্রসিদ্ধ হইয়া গিয়াছেন। মহাভারতে
এই হতাশনের ইতিহাস বা বংশাবলীও যে পাওয়া যায় না
তাহা নহে। হতাশন অষ্টবমুর অন্ততম। মহর্ষি মমুর কুলে
অষ্টবমুর জন্ম। অষ্টবমু কাহারো ?

ধরো ঋবশ্চ সোমশ্চ অহশ্চৈবানিলোনৈলঃ ।

প্রতুষশ্চ প্রভাষশ্চ বসবোষ্টাষিতি স্মৃতাঃ ॥

ধর, ঋব, সোম, অহ, অনিল, হতাশন, প্রতুষ, ও প্রভাষ এই
আটজন বমু নামে খ্যাত। ইহাদিগের মধ্যে অনল বা হতাশন
শাণ্ডিলীর তনয় বলিয়া লিখিত আছে।

রত্নাশ্চাণাঃ পুত্রঃ শাণ্ডিল্যশ্চ হত্যাশনঃ ।

‘রত্নার পুত্র অহ এবং শাণ্ডিল্যের পুত্র হত্যাশন।’ * শাণ্ডিল্য গোত্রের প্রবর্তক শাণ্ডিল্য মুনিও এই অগ্নিমাতা শাণ্ডিল্যসম্বৃত তাই শাণ্ডিল্য নামে তিনি খাত হইয়া থাকিবেন। † এই হত্যাশন বংশেই ভৃগুমুনির জন্ম হয়।

ভৃগুঃ সর্ষির্ভান্ ব্রহ্মণা বৈ স্বয়মুদ্বা ।

বরুণস্য ক্রতোজাতঃ পাবকাদিতি নঃ শ্রুতম্ ॥

“মহর্ষি ভৃগু বরুণের যাগানুষ্ঠান কালে স্বয়মুদ্ব ব্রহ্মাকর্তৃক হত্যাশন হইতে উৎপাদিত হইয়াছিলেন। ‡ এই ভৃগুবংশ স্বদেশে ও বিদেশে এককালে বহুবিস্তৃত হইয়া পড়িয়াছিল। এই বংশীয় লোকের মধ্যে যাহারা অগ্নিসমতেজস্বী ও অগ্নিব্যবসায়ী ছিলেন তাহারা এই অগ্নি উপাধিও লাভ করিয়াছিলেন। অগ্নি উপাধি ঠিক যে বংশানুক্রমে চলিয়া আসিতেছিল তাহা বলিতে পারা যায় না। শুণু ও কশ্মবংশে এককালে লোকে অগ্নি উপাধি লাভ করিত দেখা যায়। তবে অগ্নি বংশে অগ্নি উপাধি বিশিষ্ট ব্যক্তির সংখ্যা অধিক। প্রজাপতি অগ্নির কুলে বৃহস্পতির জন্ম হয়, কিন্তু সুরগুরু বৃহস্পতি শুণু ও কশ্মভেদে অগ্নি উপাধি

* মহাভারত আদি পুর্ক বটযুক্তিতম অধ্যায়।

† শাণ্ডিল্য মুনিও হত্যাশন এই উভয়েই আদিজননী যে শাণ্ডিল্য তাহা হরিবংশের নিম্নলিখিত ব্যাক্যের দ্বারাও সমর্থিত হইতেছে। হরিবংশে এক স্থলে আছে—“শাণ্ডিল্য গোত্রোৎপন্ন কোন মহাত্মা হইতে অগ্নির উৎপত্তি শ্রবণ পূর্বক সত্যবান যজ্ঞমান মহাত্মা দিল্লীপকে যাহারা অবলোকন করিবেন, সেই সদ্ভদ্র মানব ধূর্গ-বিজয়ী হইবেন”। বিশেষভাবে শাণ্ডিল্য গোত্রোৎপন্ন ব্যক্তির নিকট হইতে অগ্নির উৎপত্তি শ্রবণের কথা বলিবার অর্থ এই যে শাণ্ডিল্য ও অগ্নি উভয়ে এক মাতার সন্তান সেই কারণে অগ্নির উৎপত্তি সম্বন্ধে অন্য গোত্রোত্তরের অপেক্ষা শাণ্ডিল্য গোত্রীয় মহাত্মাই অধিক জানা সম্ভব।

‡ আদি পুর্ক পঞ্চম অধ্যায়।

রত্নাশাখাঃ পুত্রঃ শাণ্ডিল্যশ্চ হতাশনঃ ।

‘রত্নার পুত্র অহ এবং শাণ্ডিল্য পুত্র হতাশন।’ * শাণ্ডিল্য গোত্রের প্রবর্তক শাণ্ডিল্য মুনিও এই অগ্নিমাতা শাণ্ডিল্যসম্বৃত্ত তাই শাণ্ডিল্য নামে তিনি খ্যাত হইয়া থাকিবেন। † এই হতাশন বংশেই ভৃগুমুনির জন্ম হয়।

ভৃগুমহর্ষিভগবান্ ব্রহ্মণা বৈ স্বয়ম্ভুবা ।

বরুণশ্চ ক্রতোজাতঃ পাবকাদিতি নঃ শ্রুতম্ ॥

“মহর্ষি ভৃগু বরুণের যাগামুষ্ঠান কালে স্বয়ম্ভু ব্রহ্ম কর্তৃক হতাশন হইতে উৎপাদিত হইয়াছিলেন। ‡ এই ভৃগুবংশ স্বদেশে ও বিদেশে এককালে বহুবিভূত হইয়া পড়িয়াছিল। এই বংশীয় লোকের মধ্যে বাঁহারা অগ্নিসমভেদজ্ঞী ও অগ্নিব্যবসায়ী ছিলেন তাঁহারাি অগ্নি উপাধিও লাভ করিয়াছিলেন। অগ্নি উপাধি ঠিক যে বংশানুক্রমে চলিয়া আসিতেছিল তাহা বলিতে পারা যায় না। শুণ ও কশ্মবশে সেকালে লোকে অগ্নি উপাধি লাভ করিত দেখা যায়। তবে অগ্নি বংশে অগ্নি উপাধি বিশিষ্ট ব্যক্তির সংখ্যা অধিক। প্রজাপতি অগ্নিরার কুলে বৃহস্পতির জন্ম হয়, কিন্তু সুরগুরু বৃহস্পতি শুণ ও কশ্মভেদে অগ্নি উপাধি

* মহাত্মারত আদি পর্ব ষট্‌বর্ত্তিতম অধ্যায়।

† শাণ্ডিল্য মুনিও হতাশন এই উভয়েরই আদিজননী যে শাণ্ডিলী তাহা রিষ-শ্রেণ নিম্নলিখিত বাক্যের দ্বারাও সমর্থিত হইতেছে। হরিবংশে এক স্থলে আছে—“শাণ্ডিল্য গোত্রোৎপন্ন কোন মহাত্মা হইতে অগ্নির উৎপত্তি শ্রবণ পূৰ্ণক সভ্যবান যজ্ঞমান মহাত্মা দিলীপকে বাঁহারা অবলোকন করিবেন, সেই নমুদর মানব স্বর্ণ-বিজয়ী হইবেন”। বিশেষভাবে শাণ্ডিল্য গোত্রোৎপন্ন ব্যক্তির নিকট হইতে অগ্নির উৎপত্তি শ্রবণের কথা বলিবার অর্থ এই যে শাণ্ডিল্য ও অগ্নি উভয়ে এক মাতার সন্তান সেই কারণে অগ্নির উৎপত্তি সৰ্ব্বত্র অন্য গোত্রোদ্ভূত অপেক্ষা শাণ্ডিল্য গোত্রীয় মহাত্মারই অধিক জানা সম্ভব।

‡ আদি পর্ব পঞ্চমাধ্যায়।

লাভ করেন নাই, কিন্তু তৎপুত্রেরা হতাশন উপাধি লাভ করিয়া ছিলেন। মহাভারতে আছে—

বৃহস্পতে চাক্রমসী ভার্য্যাতুত্বা যশস্বিনী ।

অগ্নিন্ সাজনয়ং পুত্রান্ ষড়েকাঞ্চাপি পুত্রিকাম্ ॥

বৃহস্পতির যশস্বিনী চাক্রমসী নামা যে ভার্য্যা তিনি ছয় আ উপাধিধারী পুত্র প্রসব করিয়াছিলেন। এই অগ্নিদিগের কাহ রও কাহারও নাম পরে উল্লিখিত হইয়াছে। যেমন ‘শংযু’ এ জনের নাম ইত্যাদি।

সৌহৃদ্যিবৃহস্পতে: পুত্র: শংযু নাম মহাব্রত: । *

“শংযুর জ্যেষ্ঠপুত্র ভরদ্বাজ” তাহা অব্যবহিত পরেই উ হইয়াছে। এই ভরদ্বাজের বংশধরেরা যে এককালে পূর্বে যো ধর্ম্ভ্রষ্ট হইয়া দুষ্টরিত বশত: পতিত হইয়াছিলেন তাহাও হা বংশে স্পষ্টই লিখিত আছে। † এখনও ভারতে ভরদ্বাজ ব বিলুপ্ত হয় নাই। বঙ্গদেশে কাজকুজ হইতে যে পঞ্চগোত্রের † ব্রাহ্মণ আসিয়াছিলেন তন্মধ্যে একজন ভরদ্বাজ গোত্রীয় ছিলে: ভরদ্বাজ গোত্রের প্রবর বার্ষস্পত্য আশ্বিরস। অতএব সে যাইতেছে ভরদ্বাজ গোত্রের মূলে বৃহস্পতিপুত্র শংযু অগ্নি।

পূর্বেই দেখাইয়া আসিলাম ভৃগুবংশ অগ্নিবংশের শাখামাত এই অগ্নি বা ভৃগু বংশীয় এক জাতি এক্ষণেও ভারতের পশ্চি ক্কেলে বিদ্যমান, ইহারা আপনাদিগকে ভৃগুকুলোদ্ভব বলি

* বন পর্ব ২১৮ অধ্যায়।

† সার্কণ্ডেয় উবাচ

আসন পূর্বযুগে তাত ভরদ্বাজাশ্রজা দ্বিজা: ।

যোগধর্মমুখ্যাপ্য ভ্রষ্টা দুষ্টরিতেন বৈ ।

খিল হরিবংশ উনিশ অধ্যায়।

স্বীকার করে। এই ভৃগুবংশীয়েরা কেবল ভারতে নহে
অজ্ঞাত দেশে এমন কি যুরোপেও বিস্তার লাভ করিয়াছিলেন।
ভারতের দক্ষিণে একটা স্থানের নাম 'ভৃগুকচ্ছ' (Broach)।
ঐন্দ্রীয় পুরাণাখ্যাত অগ্নি দেবের 'ভাকান' নাম যে ভার্গব
নামের অপভ্রংশ তাহা স্পষ্টই বুঝা যায়। 'ভার্গব' হইতে
'ভার্গ' এবং ক্রমে 'র' স্থানে 'ল' হইয়া 'ভাল্লন' বা 'ভাকন'
আসিয়াছে। * ভারতের ভৃগু বা অগ্নি বংশীয়েরা অগ্নির
ব্যাপারে এতই প্রসিক্তি লাভ করিয়াছিলেন যে 'ভার্গব'
নাম দেশে বিদেশে প্রচারিত হইয়া পড়িয়াছিল। তাই বিদে-
শেও বাঁহারা অগ্নি সম্বন্ধে খ্যাতি লাভ করিয়াছেন তাঁহারা
'ভার্গব' নামে প্রসিদ্ধ হইয়াছেন দেখা যায়। গ্রিসীয় পুরাণের এই
অগ্নিদেব 'ভাকন' প্রধানভাবে কামারের কার্যে নিযুক্ত দেখা যায়।
গ্রীক কবি হোমর এই অগ্নিদেবের বিষয় এমনি জ্ঞানস্বত্ব বর্ণনা করিয়া-
ছেন যে তাহা পাঠ করিলে তাঁহার জ্ঞানস্বত্ব যেন আমাদের
মুখে আসিয়া প্রতিভাত হয়। পাঠকের গোচরের জন্ত হোমর
ইহাতে যৎসামান্য অংশ উদ্ধৃত করা গেল।

There the lame architect the goddess found,
Obscure in smoke, his forges flaming round
While bathed in sweat, from fire to fire he flew
and puffing loud, the roaring bellows blew.
Then from his anvil the lame artist rose,
Wide with distorted legs oblique he goes,

* এই অগ্নিদেবের 'ভাকান' নাম হইতে সম্ভবতঃ 'ভাকানো' volcano
নাম আসিয়া থাকিবে।

ও ইংরাজী 'ফ্রাই' Fry শব্দ এই পাকার্থ ভূজ ধাতু হইতে উৎপন্ন হইয়াছে। "ভাজি" ও ইংরাজী "ফ্রাই" শব্দের মধ্য-বর্তী আরেকটি শব্দ পাওয়া যায় তাহা "ফেরিজি"। "ফেরিজি" একবিধ খাবারের নাম। সচরাচর ভাজা মাংস প্রভৃতিকে "ফেরিজি" বলে। "ভুজি"র 'ভ' 'ফ'তে পরিণত হইয়া 'ফেরিজি' রূপ ধরিয়াছে মাত্র। "ফেরিজি" অপেক্ষাকৃত আরও সংক্ষিপ্ত হইয়া 'ফ্রাই' হইয়াছে। একটী ভাষা হইতে ভাষান্তরে পরি-ভ্রমণ কালে শব্দ মধ্যস্থিত 'ভ' যে অনেক সময়ে 'ফ' রূপ প্রাপ্ত হয় তাহা অন্যান্য উদাহরণ দ্বারা প্রতিপন্ন করা যাইতে পারে। ইংরাজী 'ফাণ্ড' Fund শব্দ যাহার অর্থ পুঁজী তাহা ভারতের ব্রাহ্মণদিগের যজ্ঞীয় ঘৃতাদি পুঁজী করিবার আধার 'ভাণ্ড' শব্দ হইতে আসিয়াছে; যখন পুঁজী বাড়িল তখন আর 'ভাণ্ডে' কুলা-ইল না, ক্রমে এই 'ভাণ্ড' শব্দ হইতে 'ভাণ্ডার' শব্দের সৃষ্টি হইল। বাহুল্য ভয়ে আর অন্য উদাহরণ দিবার আবশ্যক বোধ করি না। এই এক ভূজ ধাতু ভৃগু, ভর্গ, ভাজি, ফেরিজি, ফ্রাই প্রভৃতি স্বদেশী ও বিদেশী নানা শব্দের মূলে বিদ্যমান। * সক-
লেরই মূল ধাতুঘটিত অর্থ একই। ইহাতেই বুঝা যাইতেছে যে 'ভাজি' অর্থ বাচক ইংরাজী 'ফ্রাই' শব্দ যেমন 'ভূজ' ধাতু হইতে উৎপন্ন সেইরূপ 'ফ্রাইডে' শব্দের 'ফ্রাই'ও ভূজ ধাতুমূলক 'ভৃগু' শব্দ হইতে আসিয়াছে। ভারতের পুরাণেতিহাসের মতে ভৃগুনন্দন গুরু অম্বরগুরু ছিলেন। হিন্দুরা গুরুবারকে ভৃগুবার বা ভার্গব-বারও বলিয়া থাকে। পাশ্চাত্যেরা যাহাদিগকে "সেমিটিক জাতি" নামে অভিহিত করেন তাহারা প্রধানতঃ দ্বিতীয় বংশসম্ভূত অম্বর কুল বা অম্বর জাতি ভিন্ন কিছুই নহে। সেমিটিক জাতির আধা-
 * ইংরাজ 'ভর্জিন virgin' শব্দেরও মূলে ভূজ ধাতু।

ভূমির আসিরিয়া নাম অশুর নাম হইতেই সম্ভবতঃ উৎপন্ন হইয়া থাকিবে। এক্ষণে অশুরকুলের অধিকাংশই মুসলমান ধর্মাবলম্বী। তাই দেখা যায় প্রাচীন সংস্কার বশতঃ মুসলমানদিগের নিকট অশুর গুরুর নামধারী গুরুবার পবিত্র বার। এই অশুরকুল দ্বিজবর ভৃগুনন্দন গুরুকে গুরুত্বপদে বরণ করিয়া এককালে নানা বিষয়ে উন্নতি করিয়াছিল। এই সকল আলোচনার দ্বারা আমরা বুঝিতে পারি ভৃগু বা অগ্নিবংশ এককালে পাশ্চাত্য জগতে বড় কম প্রতিষ্ঠা লাভ করেন নাই। অগ্নিকে সহায় করিয়াই এই অগ্নিবংশ লোকে প্রতিষ্ঠা লাভ করিতে পারিয়াছিলেন।

গাধিপুত্র বিশ্বামিত্রের সহিত এই অগ্নিবংশের বিশেষ ঘনিষ্ঠতা ছিল। যদিও বিশ্বামিত্র ক্ষত্রিয়কুলপ্রসূত তথাপি সে সময়ে ব্রাহ্মণক্ষত্রিয় প্রভৃতি দ্বিজ জাতির মধ্যে বর্ণভেদের তত বাধাবুঁধি ছিল না। বিশ্বামিত্র গাধি রাজবংশে জন্মগ্রহণ করিলেও তাঁহার মনের গতি ব্রাহ্মণ্যের দিকে ধাবিত ছিল। ব্রাহ্মণ বংশের মধ্যে অগ্নি বা ভৃগুবংশকে জ্ঞানে, গুণে ও বিদ্যায় অগ্রণী দেখিয়াই বিশ্বামিত্র এই বংশের সহিত বৈবাহিক সম্বন্ধ স্থাপন করিয়া স্বয়ং ব্রাহ্মণত্বে উপনীত হইবার মনস্থ করিয়াছিলেন। বিশ্বামিত্রের পূর্ক হইতেও গাধিকুলের সহিত অগ্নিকুলের বৈবাহিক আদান প্রদান চলিতেছিল। যে ইলাপুত্র চন্দ্রবংশীয় মহারাজা পুরুরবা গন্ধর্ষলোক হইতে শিক্ষা করিয়া ভারতে ত্রেতাগ্নি স্থাপন করেন তিনিই গাধিকুলের পূর্কপুরুষ। এই অগ্নিস্থাপনিতার কুল-জাতদিগের স্বভাবতঃই যে অগ্নি ও অগ্নিবংশের প্রতি শ্রদ্ধা হইবে তাহার আর আশ্চর্য্য কি। বিশ্বামিত্রের পূর্কেই গাধি-রাজের কন্যা সত্যবতীর সহিত অগ্নি বা ভৃগু বংশীয় ঋচিকের বিবাহ সম্পন্ন হইয়াছিল।

গাধে: কন্তা মহাভাগা নামা সত্যবতী শুভা।
 তাং গাধি: কাব্যপুত্রায় ঋচিকায় দদৌ প্রভু: ॥
 তস্যা: প্রীতোভবন্তু ভার্গবো ভৃগুনন্দন:
 পুত্রার্থ কল্পমাস চক্ৰং গাধেস্তথৈবচ ॥

“গাধিরাজ কাব্যপুত্র ভৃগুনন্দন ঋচীককে সেই মহাভাগা সত্যবতী নামী সুন্দরী কন্তা সম্প্রদান করেন। ভর্তা ভৃগুনন্দন তাঁহার প্রীতি প্রীত হইলেন এবং নিজ পুত্র ও গাধির পুত্রের নিমিত্ত চক্র প্রস্তুত করিলেন।” * মহামনা গাধিবংশের ক্ষত্রবল ও ভৃগুবংশের ব্রহ্মতেজের সংযোগে বহু খ্যাতনামা মুনির জন্ম লাভ হইয়াছিল। † গালব, মধুচ্ছন্দ, সৌশ্রুত, যাজ্ঞবল্ক্য ও অবমর্মণ প্রভৃতি সুপ্রসিদ্ধ মুনিগণ এইরূপে ক্ষত্রিয় গাধি বংশ ও ব্রাহ্মণ ভৃগুবংশের সম্মিশ্রণে উৎপত্তি হইয়াছে। ইতিহাসে স্পষ্টই আছে,—

বিশ্বামিত্রস্ত ধর্ম্মায়া নামা বিশ্বরথ: স্মৃত:
 জজ্ঞে ভৃগুপ্রসাদেন কৌশিকাদংশবর্দ্ধন: ॥

“ধর্ম্মায়া বিশ্বামিত্র বিশ্বরথ নামে স্মৃত হইয়াছিলেন, তিনি ভৃগুপ্রসাদে বংশবর্দ্ধন হইয়া জন্মগ্রহণ করিয়াছিলেন। ‡

অব্যবহিত পরেই বিশ্বামিত্রের বংশধরগণেরও নাম উল্লেখ করা হইয়াছে।

বিশ্বামিত্রস্য পুত্রাস্ত দেবরাতাদয়: স্মৃতা:।
 বিধাতাজিষু লোকেষু তেষাং নামানি মে শৃণু ॥

* হরিবংশ সপ্তবিংশ অধ্যায়।

† পুরাকালে ভৃগুকুলের মহিমা যে কি পর্দাঙ্ক ছিল তাহা বুঝা যায় যখন দেখি স্বয়ং শ্রীকৃষ্ণ ভৃগুপদ চিত্রধারী।

‡ হরিবংশ সপ্তবিংশ অধ্যায়।

দেবপ্রবাঃ কতিশ্চৈব যন্মাং কাভ্যারনাঃ স্মৃতাঃ ।

* * * *

সাক্ষীতির্গালবশৈব যুগলশ্চেতি বিপ্রতাঃ

মধুচ্ছন্দাদয়শ্চৈব দেবলশ্চ তথাষ্টকঃ

* * * *

সৌশ্রুতাঃ কৌশিকা রাজন্ তথানো সৈন্ধবারণাঃ

দেবলা রেণবশ্চৈব নাক্তবতাপমর্ষণাঃ

কৌশিকের এই বংশে ব্রাহ্মণ ক্ষত্রিয়ের সম্বন্ধ লোক বিখ্যাত
আছে তাহাও বলা হইয়াছে—

সম্বন্ধোপাস্য বংশেশ্বিন্ ব্রহ্মক্ষত্রস্য বিপ্রতঃ ।

ক্ষত্রিয়বৃত্তিধারী ব্রাহ্মণতনয় পরশুরামও ব্রাহ্মণ এবং ক্ষত্রিয়-
রক্তের সম্মিশ্রণে উৎপন্ন। তিনি ভৃগুনন্দন ঋচিকের ঔরসে ও গাধি-
কজ্ঞা সত্যবতীর গর্ভে জন্মগ্রহণ করিয়াছিলেন ইতিহাসে ইহা স্পষ্টই
লিখিত আছে। ভৃগুবংশের প্রতি বিশ্বামিত্রের যে বিশেষ শ্রদ্ধা
ছিল বিশ্বামিত্রপ্রণীত গায়ত্রী মন্ত্র হইতেও তাহার যেন কতকটা
আভাস পাওয়া যায়। তৎপ্রিয় ভৃগু নামটীতে তাহার মন যেন সন্না
সর্বদা গ্রথিত রহিয়াছে। গায়ত্রী মন্ত্রের মধ্যে ‘ভৃগু’ শব্দের সহোদর
ভর্গ শব্দটা নিবিষ্ট করিয়া দিয়া তিনি যেন ইহা কতকটা প্রকাশ
করিয়াছেন। এই তেজস্বী ভৃগুবংশের প্রতি শ্রদ্ধা বশতঃ তিনি
সবিতার তেজকে ‘ভর্গো’ শব্দে ব্যক্ত না করিয়া যাইতে পারেন
নাই।

“তৎ সবিতুর্বরেণ্যং ভর্গো দেবস্য ধীমহি”

ঋগ্বেদের সর্বপ্রথম স্তোত্রে, যে ঋষি অগ্নির স্তুতি গাহিয়াছেন
তিনি মধুচ্ছন্দা ঋষি বিশ্বামিত্রের বংশধর। পূর্বেই বলিয়া
আসিলাম যে মধুচ্ছন্দা ঋষি গাধিকুল ও ভৃগুকুলের সম্মিশ্রণে
ঘ

উৎপন্ন। তাই স্বভাবতঃই বৈশ্বামিত্র মধুচ্ছন্দার ভৃগুবংশের উপর টান হওয়া কিছু অসম্ভব নয়। ভৃগুবংশও যাহার নাম অগ্নি-বংশও তাহারি নাম। তাই ঋষি মধুচ্ছন্দা অগ্নির স্তুতি গাহিয়া নিজ বংশেরই মহিমা গান করিয়াছেন। ইহা যে কেবল প্রাকৃতিক অগ্নির স্তুতি তাহা বলা যায় না। বরঞ্চ প্রাকৃতিক অগ্নি অপেক্ষা ইহা অগ্নিকুলেরই স্তুতি, তবে সেই সঙ্গে দ্ব্যর্থ সহকারে প্রাকৃতিক অগ্নির উপরেও অনেকটা লক্ষ্য রাখা হইয়াছে। দ্ব্যর্থ ও অনেকার্থ সহকারে বাক্য প্রয়োগ করা অতি প্রাচীন কাল হইতে ভারতবাসীর প্রকৃতিসিদ্ধ। এই কারণে গায়ত্রী মন্ত্র জ্ঞানী ঋষিদিগের নিকট জৈম্বর অর্থবাচকও বটে এবং সাধারণের নিকট সূর্য্যার্থ বাচকও বটে। অনেকাংশে আমরা দেখিতে পাই যে, ঋগ্বেদের অগ্নিস্তোত্রগুলি পূজ্য ব্যক্তির উদ্দেশে লিখিত। সে পূজ্য ব্যক্তিগণ আর কেহই নহে পূজ্য অগ্নিকুলের মহাত্মাগণ। অগ্নিস্তোত্রে যে অগ্নি যজ্ঞের পুরোহিত, হোতা, যজ্ঞের দেবতা প্রভৃতি সম্মানে সম্মানিত হইয়াছেন, সে সম্মানের প্রধান লক্ষ্য অগ্ন্যুপাধিক যাজ্ঞিক মহাত্মাগণ। কিন্তু অগ্নিবংশের প্রতি ইহার যেমন লক্ষ্য সেইরূপ প্রাকৃতিক অগ্নির উপকারিতার জন্য তাহারও প্রতি কথঞ্চিৎ লক্ষ্য নাই যে তাহাও নহে। যেমন পুরোহিত ব্রাহ্মণের মাহাত্ম্যে দেবতার বা ঠাকুরের মাহাত্ম্য সেইরূপ অগ্নিবংশের মাহাত্ম্য গানে প্রাকৃতিক অগ্নিরও মাহাত্ম্য-গান আপনা হইতেই হইয়া পড়ে কারণ অগ্নিবংশীয়েরা অগ্নির সাহায্যেই জগতে যাহা কিছু খ্যাতি প্রতিপত্তি লাভ করিয়া-ছিলেন।

মধুচ্ছন্দা ঋষি গাহিয়াছেন—

অগ্নির্হোতা কবিক্রঃ তুসত্যশিহ্রশ্রবন্তমঃ

“অগ্নি হোতা, কবি, সত্যপরায়ণ, প্রভূত ও বিবিধ কীর্তিযুক্ত”

পুনশ্চ —

উপস্থানে দিবে দিবে দোষা বস্তুধিরা তমো ভবাংত এসসি

“হে অগ্নি আমরা দিনে দিনে দিবারাত্র মনের সহিত নমস্কার করতঃ তোমার সমীপে আসিতেছি।” অচেতন প্রাকৃতিক অগ্নির অপেক্ষা অধ্যুপাধিক মনুষ্যই এ সকলের বিশেষ লক্ষ্য। কেবল মধুচ্ছন্দা ঋষি নহে ঋগ্বেদের অন্যান্য ঋষিগণও অনেকস্থলে মনুষ্য অগ্নিরই গুণকীর্তন করিয়া স্তুতি রচনা করিয়া গিয়াছেন * ঋগ্বেদের একটা স্তোত্রে উপস্থিত ঋষি অগ্নিকে সম্বোধন করিয়া বলিতেছেন “হে উৎকৃষ্ট পিতার সন্তান! তোমার তুল্য অন্নবান কেহ নাই, তুমি বলবান, সর্বশ্রেষ্ঠ এবং বিপদের সময় ধনুর্ধারণ পূর্বক রক্ষা করিয়া থাক”। † প্রাকৃতিক অচেতন অগ্নি বিপদের সময়ে ধনু কিরূপে ধারণ করিবে? ইহা হইতেই পারে না। ইহা দ্বারা স্পষ্টই বুঝা যাইতেছে এই সকল স্তোত্রের প্রধান লক্ষ্য মনুষ্য অগ্নি।

ঋগ্বেদের অনেকগুলি স্তোত্রেরই অগ্নি বলিয়া উল্লেখ আছে অর্থাৎ সেই সেই স্তোত্রগুলির রচয়িতা অগ্নি ঋষি। এই অগ্নি ঋষি একটা স্তোত্রে নিজের কথা নিজেই বলিতেছেন।

“হে বিশ্বদেব! আমাকে হোতারূপে বরণ করিয়াছে, আমি এইস্থানে আসন লইয়া যে মন্ত্র পাঠ করিব, তাহা বলিয়া দাও * *

আমি হোতা হইয়া যজ্ঞ করিব বলিয়া বসিয়াছি, সকল দেবতা ও মরুৎগণ আমাকে এই কার্যে নিযুক্ত করিয়াছে। * *

* তাই বলিয়া প্রাকৃতিক অগ্নির উদ্দেশে যে আদ্যোপেই স্তুতি রচিত হয় নাই তাহা নহে।

† ঋগ্বেদ ১০ম মণ্ডল, ১১৫ স্তোত্র।

আমি অগ্নি পলায়ন করিয়াছিলাম, অনেক কষ্ট করিতেছিলাম, আমারে দেবতারা হব্যবাহ নিযুক্ত করিয়াছেন।

হে দেবগণ! আমি তোমাদিগের পরিচর্যা করিতেছি, অতএব তোমাদের নিকট প্রার্থনা করি, আমাকে অমর কর, সম্মান সম্বত্তি দাও। *

উপরোক্ত হুক্তটীতে পাঠক দেখিলেন যে অগ্নিঋষি নিজের নিজের বিষয় বলিতেছেন—“আমাকে হোতারূপে বরণ করিয়াছে” “আমি হোতা হইয়া যজ্ঞ করিব বলিয়া বসিয়াছি” ইত্যাদি। প্রকৃত কথা এই যে অগ্ন্যুপাধিক ঋষিরাই যজ্ঞাদি অগ্নি সম্পর্কীয় কার্যে সমধিক জ্ঞানবিশিষ্ট ও সুনিপুণ বলিয়াই তাঁহারা যজ্ঞাদি কার্যে পুরোহিত্য প্রভৃতি প্রধান পদে নিযুক্ত হইতেন। এবং এই কারণে অগ্নি বৈদিক যুগ এবং তাহারও পূর্ব হইতে লোকে সম্মান ভাজন হইয়া আসিতেছেন। পাঠক এক্ষণে বুঝিলেন ঋগ্বেদের “অগ্নিমীলে পুরোহিতং হোতারং যজ্ঞমাদেবং” প্রভৃতি ঋকগুলিতে মুখ্য ভাবে অগ্নিনামা এবং অগ্নিপ্রাণ ঋষিদিগেরই স্তব করা হইয়াছে এবং এইসঙ্গে সমগ্র অগ্নির প্রতি গোণভাবে লক্ষ্য রাখা হইয়াছে।

আশ্চর্য্য এই যে পাশ্চাত্য জ্ঞানালোকিত ভারতবাসীগণ কেহই এ পর্য্যন্ত বেদ পুরাণের অন্তর্নিহিত এই সকল ঐতিহাসিক তথ্যানুসন্ধানে যত্নবান নহেন। এই কারণে তাঁহারা অগ্নি প্রভৃতি বিষয়ক বৈদিক হুক্ত ও পৌরাণিক আখ্যানগুলিকে অগ্নি প্রভৃতি অচেতন পদার্থের উপাসনা বুঝিয়া হেস চক্ষে দৃষ্টি করেন। তাহা না করিয়া অগ্নি ও যজ্ঞের নিগূঢ় তত্ত্বের দিকে যদি একবার প্রাণ

* এই হুক্তটির বিধিদেবগণ দেবতা এবং ঋষি অগ্নি। :০ম মণ্ডল ৫২ হুক্ত

ধান পূর্বক দেখেন তাহা হইলে বৃদ্ধিতে পারিবেন অগ্নি ও যজ্ঞ
মনুষ্য মাত্রেয়ই আদরের বস্তু।

যজ্ঞ ও আহার।

পুরাকালে অগ্নি হব্যবাহন ছিলেন। দেবতাদিগের উদ্দেশে
অগ্নিতে হবি আহতি দানই সেকালে ঋষিদিগের কার্য ছিল। কিন্তু
ক্রমে যত মনুষ্য জ্ঞানে বিজ্ঞানে উন্নত হইতে লাগিল তত অগ্নির
দ্বারা কেবল দেবোদ্দেশে হবি প্রেরণ কার্যে লোকের তৃপ্তি হইল
না। পূর্বে অগ্নি হবিভূক্ত ছিলেন ক্রমে অগ্নি সর্বভূক্ত হইয়া
পড়িলেন, কিন্তু অগ্নিকে সর্বভূক্ত প্রথন করিল কে? তাহাও
দেখা যায় ভৃগু। ভৃগু বাক্যে হব্যবাহন অগ্নি সর্বভূক্ত হইয়া
ছিলেন। * যে ভৃগুকুলে চ্যবনের ন্যায় আয়ুর্কেদ শাস্ত্রা-
ভিজ্ঞ মুনি জন্মিয়াছিলেন সে বংশ যে অগ্নিকে সর্বভূক্ত করিয়া
তুলিবে তাহার আর আশ্চর্য্য কি? এই ভৃগুনন্দন চ্যবন মুনিই
কাশ্যপের অধিতীয় ঔষধ চ্যবনপ্রাশ নামক ঔষধের উদ্ভাবক।
অগ্নিকে ভৃগু বংশীয়েরা সর্বভূক্ত করিয়াছিলেন ইহার অর্থ এই
যে অগ্নিতে ক্রমে সকল দ্রব্যই পরীক্ষিত হইতে লাগিল। আয়ু-
র্কেদজ্ঞদিগের অগ্নিতে কেবল মৃত নিষ্ক্ষেপ করিলে চলিবে না,
অগ্নিতে সমস্ত দ্রব্যই আয়ুর্কেদের জন্য পরীক্ষা করা চাই।
বিজ্ঞানবিৎ অগ্নিবংশীয়েরা আহাৰাদি সম্বন্ধে বিজ্ঞানকে মান্য করিয়া
চলিতেন। কোন খাণ্ড বিজ্ঞানের অনুমোদিত হইলে (তাহা
লোক প্রচলিত হউক বা না হউক) অগ্নিশিখার দ্বায় তাঁহাদিগের
রসনা সে সকল দ্রব্যের রসাস্বাদে অগ্রসর হইত। মহর্ষি

* “তুমি সর্বভক্ষক হইবে” এই বলিয়া ভৃগু অগ্নিকে শাপ প্রদান করিলেন।
মহাভারত আদিপর্ব যষ্ট অধ্যায়।

ভৃগু অগ্নিকে সৰ্ব্বভুক করিয়াছিলেন বলিয়াই তাহার ফলে তৎপুত্র চ্যবন মুনি চ্যবনপ্রাশ আবিষ্কার করিতে পারিয়াছিলেন, যাহার উপকার আজও আমরা যুগযুগান্তরে পরে লাভ করিয়া কৃতার্থ হইয়া যাইতেছি। চ্যবনপ্রাশের ন্যায় ঔষধগুলির নামেই বুঝা যায় যে এইগুলি অনেকটা আহার বলিয়াই পরিগণিত হইত। আহার হিসাবে ইহার নাম হইয়াছে চ্যবনপ্রাশ, প্রাশ অর্থে খাদ্য। প্রকৃতপক্ষে ভৃগুই সেকালের লোক প্রথার বিরুদ্ধে হব্যভুক অগ্নিকে সৰ্ব্বভুক করিয়া রাসায়নিক প্রক্রিয়ায় মানবোপযোগী নানা সুখাদ্য ও ঔষধাদির আবিষ্কারের পথ প্রশস্ত করিয়া দিয়াছিলেন। কি মাংস কি মৎস্য কি অবিদিত-গুণ ওষধি সমূহ যাহা ঋষিরা প্রথমে আশ্বাদন করিতে সাহসী হন নাই অগ্নিকুল অগ্রণী হইয়া অগ্নির সহায়ে সে সকল অবাধে লোক-প্রচলিত করিয়া গিয়াছেন।

অগ্রং গচ্ছন্তি ভূতানাং যেন ভূতানি নিত্যদা।

কর্মস্বিহ বিচিত্রেব সোগ্রণী বহ্নিকৃচ্যাতে ॥ †

নানা বিচিত্র কর্মে অগ্নিকুলই সকলের অগ্রণী ছিলেন। এই অগ্নিকুলেরই চেষ্টায় ফলে নানাবিধ মৎস্য, মাংস ও ওষধি সমূহের গুণাগুণ আয়ুর্কর্মে লিপিবদ্ধ হইয়া আছে দেখিতে পাওয়া যায়। আয়ুর্কর্মে শাস্ত্রের সৰ্ব্বাপেক্ষা প্রাচীন গ্রন্থ চরকসংহিতা। চরকসংহিতা অগ্নিবেশ তন্ত্রনামেও অভিহিত হয়। অগ্নিবেশ ঋষির নামেই বুঝা যায় সম্ভবতঃ ইনিও অগ্নিকুল প্রসূত। যে মৎস্য বঙ্গবাসীর এত প্রিয় খাদ্য তাহাও মানবের আহার্য্যরূপে প্রথম প্রচলিত করিয়া গিয়াছেন অগ্নিকুল। মহাভারতে স্পষ্টই লিখিত আছে

† বনপর্ব্ব বিংশত্যাধিক দ্বিশতম অধ্যায়।

“অগ্নি ক্রুদ্ধ হইয়া বগিলেন, মৎস্যগণ বিবিধ প্রকারে শরীরিগণের ভক্ষ্য হইবে।” ‡

মৎস্যান্তস্য সমাচক্ষ্যঃ ক্রুদ্ধস্তানগ্নিরব্রবীৎ ।

ভক্ষ্য্য তৈব বিবিধৈর্ভাবৈর্ভবিষ্যথ শরীরিণাম ॥

দেবতাদিগের কালে অগ্নির দ্বারা দ্রুতসার হবি প্রস্তুত হইত, তখন আহার বিজ্ঞানের এই পর্য্যন্ত উন্নতি। ক্রমে বিজ্ঞানের উন্নতির সঙ্গে সঙ্গে অগ্নির সাহায্যে কত নূতন নূতন খাদ্যপাক মানব আহাৰ্য্যের শ্রেণীতে উঠিতে লাগিল।

দেবযুগের পরবর্ত্তী কালে প্রথম প্রথম ভারতের ঋষিরাও দেব-গণের অনুবর্ত্তী হইয়া বৃক্ষ ফল, সোমরস ও হবি প্রভৃতি দেব-প্রচ-লিত খাদ্যসমূহ ব্যবহার করিতেন এবং ঐ সকল দ্রব্যই দেবো-দ্দেশে আহৃত হইত। কিন্তু যখন অগ্নি সর্ব্বভুক রূপে পরিগণিত হইল তখন কোন বস্তুই অগ্নির আর ভক্ষণ করিতে বাধা রহিল না। অগ্নির সঙ্গে অগ্নিবংশীয় ঋষিরাও সর্ব্বভুক হইয়া উঠিলেন। এইরূপে শস্য পূর্ণ ওষধি বহুল ভারতভূমিতে আসিয়া অগ্নি-ঋষিরা অগ্নির সাহায্যে নব নব ওষধিসমূহের গুণাগুণ পরীক্ষা করিতে সমর্থ হইয়াছিলেন। এইরূপে প্রধানতঃ অগ্নিবংশীয় ঋষিদিগের দ্বারা ভারতের খাত্তোগ্যোগী ওষধিসমূহ খাদ্যরূপে প্রচলিত হইল এবং যে সকল ওষধিতে রোগারোগের গুণ দৃষ্ট হইল, তাহা ওষধের শ্রেণীভুক্ত হইল। ওষধি হইতেই ওষধ কথার সৃষ্টি হইয়াছে। দেব খাদ্য হবির সহিত ওষধি প্রভৃতির সম্মিশ্রণে যেমন একদিকে অপূপাদি হবির্পক্ক খাদ্যসমূহ উদ্ভাবিত হইতে লাগিল সেইরূপ অন্যদিকে রাসায়নিক ওষধ সমূহও আবিষ্কৃত হইতে চলিল। প্রথম প্রথম হবির দ্বারাই যজ্ঞাদি সুসম্পন্ন হইত কিন্তু এই সকল

‡ মহাভারত বনপর্ব্ব একবিংশতিতম অধ্যায়

সুস্বাদু খাদ্য আবিষ্কৃত হইবার পর হবির্পক খাদ্যসমূহও ক্রমে যজ্ঞে প্রবেশ লাভ করিল।

পূর্বেই বলিয়া আসিয়াছি যে শ্রদ্ধাসহকারে দেবারাধনার কারণে হবি উৎসর্গ হইতেই যজ্ঞের উৎপত্তি। এই যজ্ঞ ক্রমে শাখা প্রশাখায় বিস্তার লাভ করিয়া সুবিশাল বৃক্ষে পরিণত হইয়াছে। প্রাচীনকালে যজ্ঞ প্রধানতঃ দুই ভাগে বিভক্ত ছিল ;— শ্রৌত ও গৃহ্য। তাহার মধ্যে গৃহ্য যজ্ঞ আবার তিনটী উপবিভাগে বিভক্ত ;—দৈনিক পঞ্চযজ্ঞ, বিবাহাদি সংস্কার যজ্ঞ ও পাক-যজ্ঞ। দৈনিক পঞ্চ যজ্ঞ প্রতিদিন আচরণ করা বিধি এবং সংস্কার যজ্ঞ উপবীত বিবাহাদি বিশেষ ক্রিয়াকর্ম্মে অহুষ্ঠান করা বিধি। পাকযজ্ঞগুলি পূর্ণিমা প্রভৃতি পূর্ণ দিনে এবং ঋতুতে ঋতুতে অহুষ্ঠেয়। এই পাকযজ্ঞের সহিত আহার পাকের যে বিশেষ ঘনিষ্ঠ সম্বন্ধ তাহা ‘পাকযজ্ঞ’ নামেই বুঝা যায়। ঋতু পরিবর্তনে যে নব নব শস্য ও ওষধির আবির্ভাব হয় তাহার প্রকৃত সদ্যবহারের জন্যই পাকযজ্ঞ উৎসব অহুষ্ঠিত হইত। পাকযজ্ঞের বিধানে শরৎ, হেমন্ত, শীত প্রভৃতি বিভিন্ন ঋতুর অনুসারী বিচিত্র খাদ্যভার প্রস্তুত করিয়া ঋষিরা পাকযজ্ঞোৎসব সুসম্পন্ন করিতেন। শরতের আরম্ভাবধি শীতের শেষ পর্য্যন্ত পাকযজ্ঞের বিশেষ কাল বলিয়া নির্দ্ধারিত ছিল। এই কালে ওষধি ও শস্য সমূহ প্রচুর পরিমাণে উৎপন্ন হয় বলিয়া ইহাই পাকযজ্ঞের উপযুক্ত কাল। শরতের প্রারম্ভে শ্রাবণ মাসে শ্রবণাকর্ম্ম, আশ্বিন মাসে আশ্বযজ্ঞী কর্ম্ম, অগ্রহায়ণে নবযজ্ঞ ও পৌষ ও মাঘে অষ্টকাদি কৃত্য বিশেষভাবে পাকযজ্ঞের অঙ্গীভূত ছিল। এই সকল ক্রিয়াকর্ম্মের সময়ে দর্শক, পরিজন, ও নিমন্ত্রিত ব্যক্তিগণকে হোমাবশিষ্ট খাদ্য সমূহ যথাভাগ খাওয়ান হইত। অগ্রহায়ণের ‘নব

যজ্ঞে' স্তম্ভপন্ন করিবার কালে যে নিয়ম পালিত হইত তাহা বৈদিক গৃহ্যসূত্রে স্পষ্টই লিখিত আছে—

“হবিকচ্ছিষ্টশেষং প্রাশয়েদ্ বাবস্ত উপেতাঃ স্নাঃ।

‘উচ্ছিষ্টশেষম্’ উৎসর্গীকৃতস্য শেষং ‘হবিঃ’ ‘বাবস্তঃ’ দর্শকাঃ পরিজনানি নিমন্তিতাশ্চ ‘উপেতাঃ’ তত্রাগতাঃ ‘স্নাঃ’ তান্ সর্কানৈ-
বাবিশেষেণ ‘প্রাশয়েৎ’

“উৎসর্গীকৃত হবির অবশিষ্ট লইয়া তত্রাগত দর্শক, পরিজন, নিমন্তিত সকলকেই যথাভাগ খাওয়াইবে”। *

অধিকাংশ আধুনিক হিন্দু উৎসবগুলির মূলে প্রাচীনকালের পাকযজ্ঞোৎসব বিদ্যমান। কোনটী বা পাকযজ্ঞের অপভ্রংশ কোনটী বা উহার নব সংস্করণ মাত্র। যেমন শ্রবণাকর্ষ “পোর্ণ-মাগ্যাং কৃতাম্”। শ্রাবণী পূর্ণিমাতে প্রথম শ্রবণাকর্ষ করিতে হয়। বর্তমান কালের হিন্দুহানের ‘রাধীবন্ধন’ ও বঙ্গের ‘পুণ্যাহ’ এই প্রাচীন শ্রবণা কর্ষের নব সংস্করণ মাত্র। এইরূপ অধুনা-কালের হুর্গা পূজা, কোজাগরীকৃত্য প্রভৃতি প্রাচীনকালের আশ্বিনী পূর্ণিমার পালনীয় বৈদিক ‘আশ্ব-যুজী কর্ষের’ স্থান অধিকার করিয়াছে।

একগে যেমন ‘হুর্গাপূজা’র কালে সমস্তই শিব লইয়া ব্যাপার সেইরূপ আশ্বযুজীকর্ষেরও নায়ক রুদ্রদেবতা।

“আশ্বযুজ্যাং পোর্ণমাগ্যাং পৃষাতকে পায়সশ্চক্ৰ রৌদ্রঃ।

“আশ্বিন মাসের পূর্ণিমাতে পৃষাতক অর্থাৎ স্নাত মিশ্রিত দুগ্ধ সম্পাদন পূর্বক রুদ্র দেবতাকে তুষ্ট করিবার অভিপ্রায়ে পায়স চক্ৰ পাক করিবে।” বৈদিক ‘নব যজ্ঞের’ নব সংস্করণ অধুনা কালের ‘নবান্ন’। বৈদিক কালের অষ্টকাকর্ষের স্থলে পৌষ পার্জন

* গোষ্ঠিল গৃহ্যসূত্র।

প্রভৃতি অধিকার করিয়াছে ইত্যাদি। † ইহাতে বুঝা যাইতেছে 'পাকযজ্ঞ' এককালে বড় অন্ন প্রভাব বিস্তার করে নাই। শ্রাবণ অবধি মাঘ ফাল্গুন পর্য্যন্ত কয়েক মাস এই পাকযজ্ঞোৎসবের কারণে আজও হিন্দুর চক্ষে পুণ্য মাস। আমাদের 'পুণ্যাহ' প্রথার মূলে এই পাকযজ্ঞোৎসব। শ্রাবণ মাসে 'পুণ্যাহ' সম্পন্ন হইয়া থাকে। এই 'পুণ্যাহ'র মূলে বৈদিক শ্রবণা কৰ্ম্ম। শ্রবণাকৰ্ম্মই বৎসরের প্রথমে নানা পুণ্যোৎসবের দ্বার উন্মুক্ত করিয়া দেয় বলিয়াই ইহা বিশেষ ভাবে 'পুণ্যাহ' নামের অধিকারী হইয়াছে। হোমাদির দ্বারা স্রুষ্টি হইয়া কিসে শস্যাদি ভালরূপে উৎপন্ন হয় ও ওষধি সমূহ ফলগর্ভ হয় এবং শস্যাদি ভালরূপে জন্মিলে কিসে তাহার সদ্যবহার হয় পাকযজ্ঞের তাহাই লক্ষ্য। এই সকল যজ্ঞ কৰ্ম্মের জন্যই শ্রাবণ অবধি মাঘ পর্য্যন্ত এই কয় মাস হিন্দুর নিকটে পুণ্য মাস রূপে চিরকাল পরিগণিত হইয়া আসিতেছে।

যে নিঃস্বার্থপর দেব শ্রদ্ধা হইতে যজ্ঞের উৎপত্তি হইয়াছে দ্বিজেরা যজ্ঞের সে নিঃস্বার্থপরতা ও পবিত্রতা স্থিরতর রাখিতে চির দিন যথাসাধ্য চেষ্টা করিয়া আসিয়াছেন। যজ্ঞকালে আহাাঁরাদির দ্বারা লোকসেবা প্রভৃতি সংকৰ্ম্মের দ্বারা শ্রদ্ধা প্রীতি প্রভৃতি সংবৃদ্ধি চর্চার প্রকৃষ্ট পথ খুলিয়া গিয়াছেন। সকল বস্তুই অসৎ লোকের হস্তে পড়িলেই তাহা অসদ্ব্যাপন্ন হইতে আরম্ভ হয়। যজ্ঞেরও মধ্যে যে সে অসদবস্থা হয় নাই তাহা নহে। এই পাশ্চাত্য যুগে যেমন বিজ্ঞানের দ্বারা লোকের ভূরি ভূরি উপকার হইতেছে সত্য, কিন্তু এমনও বৈজ্ঞানিকেরা আছেন যাঁহারা এই বিজ্ঞানকে সহায় করিয়া নানাবিধ মাহুষ মারিবার যজ্ঞ উদ্ভাবনে

† আধুনিক উৎসব ও পাকযজ্ঞের সবকিছু বিবরণে পরে আলোচিত হইবে।

যজ্ঞবান সেইরূপ প্রাচীনকালেও কতকগুলি অসং প্রকৃতি লোকের হস্তে পড়িয়া যজ্ঞাদিও কতকাংশে বিকৃতি ভাব প্রাপ্ত হইয়াছিল। এমনও কতকগুলি লোক ছিলেন যাহারা এই যজ্ঞের দ্বারা জন-সমাজের কিসে অনিষ্ট হয় তজ্জন্য সচেষ্ট ছিলেন। যজ্ঞাদির দ্বারা লোক ধ্বংস করিবার উপায়ও সেকালে আবিষ্কৃত হইয়াছিল। অন্যান্য বেদ অপেক্ষা অথর্ববেদেই ইহার অধিক চিহ্ন দেখিতে পাওয়া যায়। এই সকল পরের অনিষ্টকারক যজ্ঞ ও মন্ত্রাদির বিষয় অথর্ব বেদে স্থান লাভ করিয়াছে বলিয়াই মুনিসমাজে অথর্ববেদ চিরদিন নিকৃষ্ট আসন পাইয়াছে।

ঋষিরা যজ্ঞকে ধর্মের অঙ্গীভূত করিয়া সুবিবেচনারই কার্য্য করিয়াছেন। যজ্ঞ সেকালের ধর্মসাধন ছিল। দেবতা পিতৃ অতিথি এবং পশুপক্ষী প্রভৃতি ইতর প্রাণীদিগের পরিতৃপ্তির জন্য ঋষিদিগের সকল চেষ্টা। তাহারা ভাবিতেন যে নিঃস্বার্থভাবে সকলকে পরিতৃপ্ত করিলে নিজে যথেষ্ট পরিতৃপ্ত হওয়া যায়। তাই তাঁহাদিগের নিয়ম ছিল সকলকে পরিতৃপ্ত করিয়া অবশেষটুকু গৃহস্থেরা আহার করিবেন।

দেবানৃষীন্নুয্যাংশ্চ পিতৃন্ গৃহাশ্চ দেবতাঃ

পূজয়িত্বা ততঃ পশাদ্গৃহস্থ শেষভুক্তবেৎ ॥

অতএব দেখা যাইতেছে, যজ্ঞ ও আহার এই দুইটা কার্য্য, ঋষিপন্নিবরে সহোদর ভ্রাতৃদ্বয়ের ন্যায় এক সূত্রে আবদ্ধ ছিল; এই কারণেই দেখিতে পাই, যজ্ঞের দ্বারা স্থপশাদ্বয়ের সবিশেষ উন্নতি সাধিত হইয়াছে। এক্ষণে আমরা যে সকল মিষ্টান্ন ও অন্নব্যঞ্জনাদি আহার করিয়া পরিতৃপ্ত হই, তাহাদিগের অনেকগুলি যজ্ঞের কল্যাণে জন্মলাভ করিয়াছে। একালে যজ্ঞাদির বড় একটা প্রভুত্ব নাই, আহারই সর্ব্বতোভাবে যজ্ঞের স্থানে অধিকার করিয়া

শৌভাবিত হইয়া উঠিয়াছে। যজ্ঞীয় উপকরণ এক্ষণে আহার্যের উপকরণে পরিণত।

যজ্ঞ কেবল এইরূপে যে ভারতেরই খাদ্যোন্নতির পক্ষে সহায়তা করিয়াছে তাহা নয়, এমনকি, আমরা যে সকল বিদেশীয় খাদ্য এবং খাদ্যোপকরণ মুসলমান বা যুরোপীয় প্রতিভার ফল বলিয়া জানি, সে সকলেরও অনেকগুলি যজ্ঞমূলক। প্রাচীন কালে ভারতের যাগযজ্ঞই দেশে বিদেশে প্রচারিত হইয়াছিল; তাহা হইতেই সেই সকল দেশের অবিবাসিগণের মধ্যে নব নব যজ্ঞীয় খাদ্যাদিও প্রবর্তিত হইয়াছে। আমরা এ সকল বিষয়ে ক্রমে প্রমাণ সহকারে পাঠকের গোচর করিব।

প্রাচীনকালে যজ্ঞ ও আহার যে একস্থত্রে প্রথিত ছিল, আহার শব্দটিও তাহার প্রমাণ। আহরণ শব্দটি প্রকৃত যজ্ঞ সম্পর্কীয় শব্দ; ইহা যজ্ঞ সম্বন্ধেই অধিক ব্যবহৃত হইত। সেকালে বনে বনে যজ্ঞের জন্য এবং যজ্ঞাবশেষ আহারের জন্য ফল মূল প্রভৃতি ও সন্নিধতার আহরণ করিয়া আনিতে হইত। এক্ষণে যদিও বনে বনে আহরণ করিয়া বেড়াইতে হয় না, কিন্তু এক্ষণেও বিনা আহরণে আহার্য লাভ করা সুকঠিন। ঋষিদিগের আহৃত বনজ শাকশবজি গুলি অধিকাংশ শবুজ রঙ্গের হইত বলিয়া শবুজ বা হরিত আখ্যা প্রাপ্ত হইয়াছে;—আহরণ বা হরণ হইতেই হরিত শব্দের উৎপত্তি। আহরণ শব্দের সমগোষ্ঠীয় শব্দ আমরা যুরোপীয় ভাষাতেও দেখিতে পাই। ইংরাজী আরণ (Earn) শব্দটি সংস্কৃত আহরণ শব্দেরই বংশধর। ইংরাজী ‘আর্ণ’ শব্দটি স্যাক্সন ‘আরনিয়ান’ (Earnian) বা জার্মান ‘আর্নটেন’ শব্দ হইতে আসিয়াছে; ইহার অর্থ শস্যাদি সংগ্রহ করা—আহরণ শব্দেরও ঐ একই অর্থ। শুদ্ধ আহার শব্দ নয়, আহারার্থ অনেকগুলি সংস্কৃত শব্দেরই অনুরূপ

শব্দ আমরা যুরোপীয় ভাষায় প্রাপ্ত হই। অনেকেই জানিতে পারেন, ভোজনার্থ অর্থাৎ অন্নরূপ শব্দ লাটিনে 'ইডো' (Edo) ইংরাজীতে 'ইট' (Eat), স্যাক্সন ইটান (Etan) ইত্যাদি। সংস্কৃত অশন শব্দেরও তুল্য শব্দ আমরা জার্মান ভাষায় এস্‌সেন (Essen) শব্দ পাই। এমন কি, যে 'ডিনার' (Diner) শব্দের আমরা অনুবাদ করি, 'মধ্যাহ্নভোজন,' সেই ডিনারকে জার্মানরাও 'মধ্যাহ্ন ভোজন' বলে। ডিনারকে জার্মান ভাষায় 'মিট্টাগ্‌স্‌ এস্‌সেন' (Mittags essen) বলে; মিট্টাগ্‌স্‌ অর্থ মধ্যাহ্ন এবং এস্‌সেন অর্থ অশন বা ভোজন। অশন, অদন এবং আহরণ, এই শব্দগুলি বৈদিক কাল হইতে ভারতে চলিয়া আসিতেছে। বেদমন্ত্র এবং বৈদিক গ্রন্থাদি প্রভৃতি প্রাচীন গ্রন্থ প্রভৃতিতে বহুস্থলে ইহাদিগের উল্লেখ আছে। গ্রন্থাদিতে সায়মাশ ও প্রাতরাশ শব্দের স্পষ্ট উল্লেখ আছে।* "নিষ্টিতে সায়মাশ প্রাতরাশে ভূতমিতি প্রবাচয়েৎ" প্রাতরাশ এবং সায়মাশ অনুষ্ঠিত হইলে পর (ছাত্রগণকে) অধ্যয়ন করাইবে।

অধিকে যেমন ভারত সকল বিষয়ে অগ্রণী করিয়া চলিতেন, অগ্নিও তাহার প্রতিদানস্বরূপ ভারতকে সকল বিষয়ে সকলের অগ্রণী করিয়া দিয়াছে। পৃথিবীর অন্যান্য জাতি যখন অজ্ঞানান্ধকারে তখন এক অগ্নিই ভারতকে আলোকিত করিয়াছিল, বলিতে হইবে। অগ্নি-সংস্পৃষ্ট বাগযজ্ঞই যে প্রাচীনকালে সকল বিষয়েই ভারতের উন্নতির পথ প্রশস্ত করিয়া দিয়াছিল, ভারতের ঐতিহাসিক মাত্রেই তাহা স্বীকার করিবেন। শ্রদ্ধাস্পদ রমেশচন্দ্র দত্ত মহাশয় এ বিষয়ে যাহা বলেন, তাহা নিম্নে আমরা উদ্ধৃত করিয়া দিতেছি,—

* আমরা প্রাক্কালীন ভোজনকে প্রাতরাশ বলি, কিন্তু সাংকালীন ভোজনকে সন্ধ্যা ভোজন শব্দের দ্বারা সচরাচর বাক্য করি। কিন্তু বোধ হয়, সন্ধ্যাভোজন অপেক্ষা বৈদিক 'সায়মাশ' শব্দ ব্যবহার করিলে অপেক্ষাকৃত শ্রুতি-মধুর হয়।

“নানাবিধ যজ্ঞই প্রাচীন হিন্দুগণের ধর্ম্মানুষ্ঠান ছিল, এবং হিন্দু-গণ নানা শাস্ত্রে যে ক্রমশঃ উন্নতি ও জ্ঞানলাভ করেন, তাহাও যজ্ঞানুষ্ঠানমূলক। যজ্ঞসম্পাদনার্থ সূর্য্য চক্রে বা নক্ষত্রের গতি দর্শন করিয়া তাঁহারা জ্যোতিষশাস্ত্রে জ্ঞানলাভ করেন। যজ্ঞে বিগুহ্বরূপে মন্ত্র উচ্চারণ করিবার উদ্দেশে তাঁহারা যে নিয়মগুলির আলোচনা করিতে লাগিলেন, তাহা হইতে ‘দেববিদ্যা ব্রহ্মবিদ্যা’ এবং ব্যাকরণের উৎপত্তি, এবং যজ্ঞসম্পাদনার্থ যে চিহ্ন প্রস্তুত করিবার আবশ্যক হইত, তাহারই নিয়মসমূহ হইতে জগতে জ্যামিতি শাস্ত্রের উৎপত্তি।”

পূর্বেই একরূপ বলিয়া আসিয়াছি যে ভারতের আয়ুর্বেদ, বাহা দেশে বিদেশে চিকিৎসা শাস্ত্রের বীজ বপন করিয়াছে, তাহা যজ্ঞেরই ফলমাত্র; কারণ যজ্ঞহোম প্রভৃতি যে অথর্কবেদের সর্ব্বশ্ব, সেই অথর্কবেদই আবার আয়ুর্বেদের জন্মদাতা। আয়ুর্বেদের গ্রন্থে আয়ুর্বেদকে স্পষ্টই অথর্কবেদের অঙ্গ বলিয়া উক্ত হইয়াছে।—

“অথর্বাস্তর্গতং সম্যাগায়ুর্বেদঞ্চ লব্ধবান” (ভা, প্র,)

প্রকৃত কথা এই যে, যজ্ঞের জন্য ঋষিদিগকে ঔষধি ও ফল মূল প্রভৃতি অরণ্য হইতে আহরণ করিয়া আনিতে হইত, এবং তাহারই নব নব ঔষধি ও ফল মূল প্রভৃতি আবিষ্কৃত হইয়া ঋষিভায় তাহাদিগের গুণাগুণও পরীক্ষিত হইয়া যাইত। তাই ভারতের আয়ুর্বেদে আমরা যেমন ফল মূল প্রভৃতির প্রত্যেকটির গুণাগুণ বিশদরূপে জানিতে পারি, এমন আর কোন বিদেশীয় গ্রন্থের দ্বারা জানিতে পারি না।

কিন্তু ঋষিরা অগ্নির প্রতি এত অধিক শ্রদ্ধা ও সমাদর প্রকাশ করিতে অনেকে ভ্রমে পতিত হয়েন যে, তাঁহারা অগ্নিপূজক ছিলেন। কিন্তু ভারতের পার্শ্ববর্তী অপর এক জাতিকে যখন

দেখি যে তাঁহারা অগ্নি-পূজক না হইয়াও, ঐ একই কারণে অগ্নির
 প্রতি অতি প্রাচীনকাল হইতে শ্রদ্ধা সমর্পণ করিয়া আসিতেছেন,
 তখন এ ভ্রম দূর হইবারই কথা। সিদ্ধুতীরবাসী আর্যাদিগের ন্যায়
 পার্সীকেরা ঈশ্বর বা উপাস্য দেবতা বলিয়া কখন অগ্নির পূজা
 করেন না; অগ্নিকে ঈশ্বরস্বষ্ট মঙ্গলজনক ও পবিত্র বস্তু বলিয়া
 সমাদর করেন, এবং অগ্নিহোত্রদিগের ন্যায় গৃহে, দেবমন্দিরে,
 চিরদিন অগ্নি রক্ষা করিয়া থাকেন। জেন্দ ভাষায় অভিজ্ঞ সুপ্র-
 সিক্ত ফরাসী পণ্ডিত আঁকেতিল দুপেরঁ (Anquetil du peron)
 পার্সীকদিগের ধর্মমত সম্বন্ধে বলিতেছেন, “পার্সীকেরা প্রথমা-
 বধি আজি পর্য্যন্ত উৎসাহের সহিত একেশ্বরের উপাসনা রক্ষা
 করিয়া আসিয়াছে। তাহারা যে অগ্নি ও সূর্য্যের প্রতি সম্মান
 প্রদর্শন করে, তাহার জন্য একথা কখনই বলা যাইতে পারে না
 যে, তাহারা ঐ সকল ভৌতিক পদার্থের উপাসনা করিয়া থাকে;
 কারণ উহাদিগের প্রধান গুরু জোরোষ্ঠের উহাদিগকে উপাসনার
 সময় অগ্নি বা সূর্য্যের সম্মুখে কিরিয়া উপসনা করিতে উপদেশ দিয়া-
 ছেন, কিন্তু তাহাদিগের উপাসনার প্রার্থনাও লি দেবদেব একেশ্বরেরই
 উদ্দেশে করা হয়, অগ্নি প্রভৃতিকে উদ্দেশ করিয়া নহে।”
 পার্সীকেরা যে নিরবচ্ছিন্ন একেশ্বরের উপাসক এ বিষয় ফর্ক্স,
 স্যর উইলিয়ম আর্ডস্লি, ডাক্তার হাইড প্রভৃতি সকল পণ্ডিতেরাই
 একমত, এবং পার্সীকেরা স্বয়ং ইহার জন্য গোরব
 করিয়া থাকে। কোন পার্সীক ঐতিহাসিক লিখিতেছেন, “Ask
 a parsee whether he is a worshipper of the sun or fire
 and he will emphatically answer—No! There is no
 doubt of their being monotheists, they tolerate no
 other worship but that of the suprerme being.” পার-

নীকেরা সূর্য্য এবং অগ্নিকে সম্মান প্রদর্শন করে, তাহা কেবল সূর্য্য ও অগ্নি জগতের স্তম্ভকারী বলিয়া এবং পবিত্র তেজোমূর্ত্তি জ্যোতিঃরূপ ঈশ্বরকে স্মরণপথে আনয়ন করে বলিয়া। এই একই কারণে অগ্নির সম্মুখে ঈশ্বরোপাসনা পারসীকদিগের ন্যায় হিন্দুদিগেরও ধর্ম্মবিধি আছে। বাজবল্যও বলিতেছেন,—

গৃহেষু তৎসমং জপ্যং গোষ্ঠে শতগুণং ভবেৎ ।

নদ্যাং শত সাহস্রং অনন্তগ্নিসমিধৌ ॥

গৃহে গায়ত্রী জপ করিলে যে ফল হয়, গোষ্ঠে করিলে তাহার শত গুণ ফল হয়। নদীতে জপ করিলে লক্ষ গুণ ফল, এবং অগ্নি সমীপে করিলে অনন্ত গুণ ভাল লাভ হয়। * ব্যাস, শঙ্খ প্রভৃতি অনেক মুনিই অগ্নি সম্মুখে ঈশ্বরোপাসনা প্রশস্ত এবং সর্দ্রপাপনাশক বলিয়াছেন। এক্ষণে পাঠক দেখিলেন যে সিদ্ধ-তীরবাসীগণ এবং পারসীকগণ উভয়েই পবিত্রতা, লোকোপ-কারিতা প্রভৃতি গুণের জন্য অগ্নির প্রতি শ্রদ্ধা প্রকাশ করি-
তেন। † ঋষিদিগের গৃহে অধিকাংশ ক্রিয়াকর্ম্মই অগ্নির সহায়ে

* পাঠক মনে রাখিবেন যে 'বাজবল্য' ঋষি ভূগু বা অগ্নিবংশীয়। ইহা আনরা পূর্বেই দেখাইয়া আনিয়াছি। অগ্নিবংশীয়েরা অগ্নিকেই সর্দ্রাপেক্ষা অধিক সমাদর করেন।

† কেবল অগ্নির প্রতি শ্রদ্ধা প্রদর্শন বিষয়েই হিন্দু ও পারসীকে একা আছে, তাহা নহে; হিন্দুদিগের আচার প্রথার সহিত পারসীক আচার প্রথার অনেকাংশে সাদৃশ্য বিদ্যমান। পারস্যের প্রাচীন জেল্ল ভাষার সহিত সংস্কৃত ভাষার যেরূপ ঘনিষ্ঠতা, এরূপ অন্য কোন বিদেশীয় ভাষার সাহিত দেখা যায় না। এই সকল কারণে পারসীকেরা সিদ্ধতীরবাসী হিন্দুজাতির উপনিবেশ বা নিকট শাখা বলিয়াই বোধ হয়। জেল্ল শব্দটিই এই মতের স্বপক্ষে সাক্ষ্য দিতেছে। ভাষাতত্ত্বের নিয়মালোচনা করিলে দেখা যায় যে, একটী শব্দ ভাষা হইতে ভাষান্তরে পরি-ভ্রমণকালে অক্ষররূপ পরিচ্ছদের কতক পরিবর্ত্তন করিয়া থাকে। কিন্তু এই সময়ে শব্দাকরগুলি নিজ নিজ পরিচিত অপর কতকগুলি অক্ষরকে

স্বসম্পন্ন হইত; তাই অগ্নির আরেকটা প্রাচীন নাম গৃহ। গোতিল বলেন,

“গৃহাঃ পত্নী গৃহ এষো অগ্নির্ভবতীতি”

“পত্নীকে গৃহা এবং এই অগ্নিকে গৃহ বলা যায়।” ‘গৃহা’ শব্দের ব্যুৎপত্তি গৃহার হিতঃ। ঋগ্বেদের প্রথম সূক্তটিতে কেমন সরল প্রাণে বলিতেছেন,—‘সচস্বা নঃ স্বস্তয়ে’—হে অগ্নি! মঙ্গলার্থে আমাদের নিকট সমবেত হও।

পিতৃগণ।

পূর্বে অগ্নির বিষয় বিস্তৃতভাবে আলোচনা করিয়া আসিলাম এক্ষণে সেই সূত্রে পিতৃগণসম্বন্ধে আলোচনা না করিলে অগ্নি-সম্পর্কীয় ইতিহাস অসম্পূর্ণ থাকিয়া যাইবে। পিতৃগণের সহিত অগ্নির ঘনিষ্ঠ সম্বন্ধ।

প্রাচীন ভারতের ইতিহাসে দেব, ঋষি ও পিতৃভাবের তিনটি স্তর পরিলক্ষিত হয়। এই তিনটি স্তরে শুদ্ধ ভারতের ইতিহাস কেন ভারতের সঙ্গে সঙ্গে সমগ্র জগতের ইতিহাসও অনেক পরিমাণে গঠিত। প্রকৃতপক্ষে মানব ইতিহাসের প্রথমে দেবযুগ,

আপনার স্থানে আস্থান করে; যেমন স, জ, হ, ইহার পরস্পরের স্থানে পরস্পরকে আসন দিয়া থাকে। এই কারণে ‘সগুহা’ ‘সগুহ’ হইয়াছে, সংস্কৃত ‘সাম’ শব্দ জৈল ভাষায় ‘হোম’ হইয়াছে এবং এই একই কারণে সংস্কৃত ‘হরিত্রা’ শব্দ পারস্য ভাষায় ‘জরদ্’ এবং সংস্কৃত ‘হোতা’ জৈল ভাষায় ‘জোতা’ আকার প্রাপ্ত হইয়াছে। এই প্রমাণে জৈল শব্দটি ‘সিকু’ (হিন্দু) শব্দ হইতে উদ্ভূত বলিয়াই বোধ হয়। একদিকে সিকু শব্দ হইতে যেমন হিন্দু উৎপন্ন হইয়াছে, সেইরূপ অন্যত্র জৈল আকার প্রাপ্ত হইয়া থাকিবে।

দেবযুগের পরে ঋষিযুগ এবং তৎপরে পিতৃযুগ। দেবযুগে দেব-
 ভাবের প্রাধান্য, ঋষিযুগে ঋষিভাবের প্রাধান্য এবং পিতৃযুগে
 পিতৃভাবের প্রাধান্য। দেবতারা মানবোন্নতির প্রথম সোপান
 প্রস্তুত করিয়াছিলেন। দেবভাবের সঙ্গে সঙ্গে উন্নতির প্রথম
 প্রভাত বিকাশ পায়, ঋষিভাবে তাহা মধ্যাহ্ন তাপে তপ্ত হইয়া
 উঠে এবং পিতৃভাবে অন্তকালীন সন্ধ্যার তায় চরম অবস্থা
 প্রাপ্ত হয়। মানবসৃষ্টির প্রভাতে দেবভাবাপন্ন মানবেরা
 সভ্যতা বা উন্নতির প্রথম সোপান প্রস্তুত করিয়া অন্তর্হিত
 হইলেন। তাঁহারা এই প্রথমে দিব্যভাবে ও ধীশক্তিতে দীপ্ত
 হইয়া উঠেন এই হেতু তাঁহারা দেব আখ্যা প্রাপ্ত হইরাছেন।
 সেই দেবনানা মানবেরা জগতে প্রথম জ্ঞানের ও সভ্যতার নবো-
 ন্মেব আনয়ন করিয়াছিলেন। সে নবোন্মেষে যে শুভ্র অক্ষুট
 নাধুণী ছিল তাহা উষার তায় সুন্দর ও স্নিগ্ধ আলোকে জগৎ
 বিভাসিত করিয়াছিল। সভ্যতার শৈশবে দেবভাবে পুষ্ট মান-
 বেরা স্নেহময়ী প্রকৃতি জননীর কোড়ে বসিয়া সহজভাবে লীলা
 খেলা করিয়া গিয়াছেন। সে সময়ে মানবের কষ্টকল্পিত কৃত্রিম-
 ভাব অতি অল্পই ছিল। উন্নতির শৈশবে বৈদিক যুগের বহুপূর্বে
 এই দেবভাবে কাটিয়া গেল। আমরা ইহার দেবরূপ আখ্যা
 দিরাছি। দেবযুগে দেবভাবাপন্ন লোকদিগেরই প্রাধান্য লক্ষিত
 হয়। এইবারে ঋষিভাব। ঋষিভাব উন্নতির মধ্যাহ্ন যুগে।
 ঋষিদিগের সময় হইতে সাহিত্যে জ্ঞান ও বিজ্ঞার চর্চা, অধ্য-
 য়ন ও অধ্যাপন আরম্ভ হয়। ছন্দোবদ্ধ বাক্যের দ্বারা মনো-
 ভাব ব্যক্ত করা জগতে প্রথম ঋষিরাই প্রবর্তন করেন। দেবযুগ
 অতীত হইলে মহান হৃদয় ইন্দ্রাদি দেবগণের কার্য্য কলাপ
 স্মরণ করিয়া শ্রদ্ধা ও ভক্তি অর্পণ করা পরযুগের ঋষিদিগের

পক্ষে স্বাভাবিক। মুখ্যতঃ সেই দেবভক্তি ছন্দোময় ভাষায় ব্যক্ত করিয়া ঋষিরা এক নূতন কাব্যজগতের সৃজন করিলেন। কাব্যের দ্বার উদ্ঘাটিত হইয়া গেল। বেদ মানবের সর্বপ্রাচীন আদি গ্রন্থরূপে শীর্ষস্থান অধিকার করিল। বস্তুতঃ ঋষিদিগের বিদ্যা ও জ্ঞানবলে বৈদিক জগৎ বড় অল্প উত্তপ্ত হয় নাই। ইহার পর উন্নতির তৃতীয় সোপান। এই কালে পিতৃগণের প্রভাব লক্ষিত হয়। পিতৃগণ ঋষিদিগেরই শাখা বা সম্প্রদায় বিশেষ। তাত্ত্বিক ও বৈজ্ঞানিক সম্প্রদায় যেমন এক্ষণে একই হিন্দুসমাজের শাখারূপে পরিগণিত সেইরূপ পুরাকালে ঋগিদ্ভাষ ও ঋষি ও পিতৃসম্প্রদায়রূপ শাখা-দ্বয়ে বিভক্ত ছিল। পিতৃ সম্প্রদায়ের বিশেষত্ব কি? পিতৃভাবেই পিতৃসম্প্রদায়ের বিশেষত্ব। পিতার ন্যায় সংসারের মঙ্গলোচ্চরণে পিতৃগণ নিয়ত নিযুক্ত থাকিতেন। সচরাচর ঋষিদিগের ন্যায় পিতৃগণ কেবল ধ্যান ধারণাদিরূপ জ্ঞানচর্চায় সন্তুষ্ট থাকিতেন না কিন্তু ধ্যান ধারণার সঙ্গে সঙ্গে সংসারের মঙ্গলের জন্য বিজ্ঞানকে অবলম্বন করিয়া যত্ন ও শ্রম করিতেন। ঋষিগণের তৃপ্তি জ্ঞানে এবং পিতৃগণের তৃপ্তি বস্তুতঃ বিজ্ঞানে ছিল। পিতৃগণ একদল বৈজ্ঞানিক কঠোর প্রকৃতির ঋষি ছিলেন। পিতৃগণের সময় হইতেই ভারতে বিশেষ রূপে বিজ্ঞানের প্রাদুর্ভাব। কিন্তু এই বিজ্ঞান চর্চার ফলে এই সময়ে জনসমাজে কৃত্রিমতা অত্যন্ত বাড়িয়া উঠে। এই কালে মানব আপনার কৃত্রিমতায় আপনাকে দাঁড় করাইতে পারে। মানবসমাজ ব্যোম্বুদ্ধ হইলে যখন প্রকৃতি মাতা তাঁহার স্নেহ হস্ত মানবের পৃষ্ঠ হইতে তুলিয়া লইতে চাহেন, বৃদ্ধের অবলম্বন যষ্টির ন্যায় মানব তখন আপনার বৈজ্ঞানিক কৃত্রিম উপায়সমূহকে যষ্টিরূপে অবলম্বন করিয়া দাঁড়াইতে থাকে। দেব ও পিতৃভাব এই দুইটি ঠিক বিপরীত

সুখী। দেবভাবে প্রকৃতির কল্যাণে সকলি সহজে সম্পন্ন হয় আর পিতৃভাবে বিজ্ঞানের বলে নানা কৃত্রিম উপায়ে সকল বিষয় সম্পন্ন করিতে হয়। মানবসমাজের শৈশবাবস্থায় দেবভাবের প্রাধান্য এবং বৃদ্ধাবস্থায় পিতৃভাবের প্রাধান্য। উন্নতির অন্ত বা চরম কালই পিতৃগণের প্রকৃত কাল বলিয়া ইতিহাসে উক্ত হইয়াছে। বৈদিক যুগের অন্তে অথর্ষবেদের কাল হইতেই সেকালের প্রকৃত পিতৃকালের আরম্ভ। অথর্ষবেদের মূলে পিতৃগণ। পূর্বেই বলিয়া আসিয়াছি যে সচরাচর ঋষিরা অথর্ষবেদকে উচ্চ আসন দিতে চাহিতেন না কেন না অথর্ষবেদ পরের অনিষ্টকারী অভিচারাদি মন্ত্র স্থান পাইয়াছে। এই কারণেই অথর্ষবেদ বেদের মধ্যে সর্ব নিম্ন আসন লাভ করিয়াছে। কিন্তু প্রথম প্রথম ঋষিসমাজে অথর্ষবেদ অনেকের নিকট যুগিত হইলেও উত্তরোত্তর উহার শিষ্য বৃদ্ধি হইতে লাগিল। অথর্ষবেদ বিজ্ঞানে অনেক উন্নতির সূত্রপাত করিয়া দিল। অথর্ষবেদ চিকিৎসা বিজ্ঞান প্রভৃতির আলোচনার দ্বারা ক্রমশঃ লোকের চিত্ত আকর্ষণ করিতে লাগিল। এই অথর্ষবেদ হইতেই আয়ুর্বেদ ও তন্ত্রের উৎপত্তি। অভিচারাদি মন্ত্র আধুনিক তন্ত্রেরও একটা অঙ্গ দেখা যায়। চিকিৎসা শাস্ত্র তন্ত্রের অঙ্গীভূত। সুবৃহৎ এবং সর্বপ্রাচীন চিকিৎসা গ্রন্থ চরক সংহিতার প্রকৃত নাম ‘অম্রিবেশ তন্ত্র’। এই অথর্ষবেদ, তন্ত্র ও চিকিৎসা শাস্ত্রের মূলে পিতৃগণ। সমগ্র জগতে পিতৃগণই একপ্রকার বৈজ্ঞানিক চর্চার মূলে।

আমরা দেখিলাম উন্নতি বা সভ্যতার তিনকালে তিনভাব বা তিন অবস্থা আসিয়া মানব সমাজকে ক্রমান্বয়ে তিন প্রকৃতির গঠিত করিয়া তুলে। প্রথম দেবপ্রকৃতি, দ্বিতীয় ঋষিপ্রকৃতি

তৃতীয় পিতৃপ্রকৃতি। দেবপ্রকৃতির মানবেরা ইন্দ্রাদি দেবগণ; ঋষিপ্রকৃতির মানবেরা ঋষিগণ এবং পিতৃপ্রকৃতির মানবেরা পিতৃগণ। আশ্চর্য্য এই যে কেবল ঋষিপ্রকৃতির স্তরটি এ পর্য্যন্ত ইতিহাসে স্থান পাইয়া আসিতেছে, এবং দেব ও পিতৃ প্রকৃতির স্তরদ্বয় পৃথিবীর ইতিহাস হইতে বিতাড়িত হইয়া দূর শূন্যে দেব ও পিতৃরাজ্যে চিরনির্ধাসিত হইয়াছে। দেব ও পিতৃগণের ইতিহাস একেবারে তমসাচ্ছন্ন। অধিকাংশ লোকের ধারণা দেব ও পিতৃগণ কেবল একটা ঋষিদিগের কল্পনাপ্রসূত আধ্যাত্মিক জীব বা আধ্যাত্মিক ভাব বিশেষ। কিন্তু ইহা প্রকৃত সত্য নহে। ভক্তদিগের ভক্তি ও শ্রদ্ধাপূর্ণ স্তবস্ততিতে দেব ও পিতৃগণ আধ্যাত্মিকতার অমররাজ্যে প্রতিষ্ঠিত হইয়াছেন মাত্র নহিলে তাঁহারা আমাদিগের ন্যায় এককালে মনুষ্যদেহ পরিগ্রহ করিয়াছিলেন। ভক্তির পাত্রে অলৌকিক শক্তি ও অধ্যাত্মিকতা আরোপ করা ভক্তের স্বভাব কিন্তু তাই বলিয়া মহাপুরুষদিগের মনুষ্য জন্ম ও অস্বীকার করা যায় না। দেবগণ ইহলোক হইতে অন্তর্হিত হইলে ঋষিরা তাঁহাদিগের মানবত্বকে প্রসারিত করিয়া প্রকৃতির বিশাল শক্তির সহিত তুলনা করিতে লাগিলেন। ইহাতে তাঁহারা অমর রাজ্যে প্রতিষ্ঠিত হইলেন বটে কিন্তু ক্রমে ইহা জনসাধারণে ভুলিতে লাগিল যে তাঁহারা এককালে মর্ত্য শরীরী হইয়া জন্মগ্রহণ করিয়াছিলেন। নবদীপের শ্রীচৈতন্যের নামে যদি আধ্যাত্মিকতা আরোপ করিয়া চৈতন্যস্বরূপ ব্রহ্ম বলা যায় তাহা হইলে চৈতন্যদেবের মানবত্ব সপ্রমাণ করা ভবিষ্যতে ইতিহাসের পক্ষে কঠিন হইয়া উঠে। ঋষিদিগের দেবস্ততিতেও সেই একই প্রকার গোলোষণা ঘটিয়াছে। হয়ত চন্দ্র নামধেয় কোমল প্রকৃতির অথবা সূর্য্য নামা কোন তেজস্বী প্রকৃতির দেবহৃদয়

মনুষ্যের সহিত আকাশের চন্দ্রের ও সূর্য্যের তুলনা করিয়া পূর্ণো-
পমা ও রূপকের বলে কবিত্ব সহকারে এমনি সাদৃশ্য মিলাইয়া-
ছেন যে ভ্রম হয় যে আকাশের চন্দ্রের বা সূর্য্যের কথা বলা হই-
তেছে কি মানব চন্দ্র সূর্য্যের কথা বলা হইতেছে। বেদোক্ত
মানবদেহধারী চন্দ্র সূর্য্য বহুদিন লোকান্তরিত হইয়াছেন তাই তাঁহা-
দিগের কথা একেবারে ভুলিয়া গিয়া লোকে তৎপরিবর্তে আকা-
শের প্রত্যক্ষ চন্দ্র সূর্য্য প্রভৃতিকে ধ্যানের বস্তু করিয়া নিশ্চিন্ত
আছে। যে গোলোযোগ দেবতার সম্বন্ধে দেখাইলাম সেই
গোলোযোগ পিতৃগণ সম্বন্ধেও ঘটিয়াছে দেখা যায়। পিতা
বলিতে যেমন একাধারে গৃহের পিতাও বুঝায় সেইরূপ পিতৃ-
ভাবাপন্ন ঋষিদিগকেও বুঝায়। এইখানেই গোলোযোগ ঘটি-
য়াছে। লোকে সমস্তায় পড়িয়া পিতৃভাবাপন্ন ঋষিদিগের অস্তিত্ব
একেবারে বিলুপ্ত করিয়া দিয়া তৎপরিবর্তে কেবল মাত্র গৃহের
লোকান্তরিত পিতৃপুরুষদিগের আধ্যাত্মিক অস্তিত্বের আরোপ
করিয়া নিশ্চিন্ত আছেন। এইরূপে আধ্যাত্মিকতা, পূর্ণোপমা ও
রূপক প্রভৃতির প্রাচুর্য্যবশতঃ ভারতের ইতিহাসের কতকাংশে
দূরবস্থা ঘটিয়াছে। কিন্তু প্রকৃত পক্ষে ভারতের কবিত্বের
মজ্জায় মজ্জায় অন্তঃসলিল ইতিহাসের স্রোত বহমান।

আধ্যাত্মিকতা প্রভৃতির কারণে ইতিহাসের উপকারও যে না
হইয়াছে তাহা নয়। ইহার দ্বারা ভারতের ইতিহাস অনেকাংশে
বাঁচিয়া আছে বলিতে হইবে। ইতিহাস তাৎকালিক, আধ্যাত্মিকতা
সর্বকালিক। ইতিহাস ক্ষণভঙ্গুর শরীর ও আধ্যাত্মিকতা অবিদ্বন্দ্ব
আত্মাস্বরূপ। ইন্দ্রাদি দেবগণ যদি ঋষিদিগের কর্তৃক আধ্যাত্মিক-
তার প্রভাবে অমররাজ্যে প্রতিষ্ঠিত না হইতেন তাহা হইলে
দেবগণের সেই আধ্যাত্মিকতাবর্জিত ইতিহাস আত্মাবর্জিত মৃত-

দেহের ন্যায় সম্ভবতঃ লোকের নিকট এত যত্নের সামগ্রী হইয়া থাকিত না। তাহা হইলে জগত হইতে বেদলোপের সম্ভাবনা ছিল। ইন্দ্রাদি দেবগণ আজ সহস্র সহস্র বৎসর পূর্বে পৃথিবীতে কি কার্য্য সম্পন্ন করিয়া গিয়াছেন তাহা অরণ রাধিবীর জন্য বড় একটা কাহারও মাথাব্যথা হইত না। কিন্তু দেবগণ আধ্যাত্মিকতায় ও কবিত্বে প্রতিষ্ঠিত হইয়া ধ্যানে পূজার সামগ্রী হইয়া অমর হইয়া গিয়াছেন। এই কারণেই হিন্দুজাতির ইতিহাস বহু প্রাচীন হইলেও অন্যান্য জাতির ন্যায় একেবারে লোপ পাইতে পার নাই।

ভারতে ঋষিরা ধ্যান ধারণা, তপশ্চরণ, ও অধ্যয়ন অধ্যাপনের সূত্রপাত করিয়াছিলেন, বিজ্ঞানবিৎ পিতৃগণে সেই ধ্যান ধারণা ও তপস্যার পরিপক্বতা লাভ করিয়া যোগে পরিণত হইয়াছিল। “পিতৃগাং হি বলং যোগো”। যোগবিজ্ঞানের প্রবর্তক বস্তুতঃ পিতৃগণ। কিন্তু যোগের কারণে পিতৃগণ সংসারের মঙ্গল কর্ম্ম হইতে বিরত ছিলেন না। ধান্যাদি বিতরণ, রোগসেবা ও চিকিৎসা প্রভৃতির দ্বারা তাঁহারা জনসমাজকে পুত্রের ন্যায় পালন করিয়া গিয়াছেন। ওষধিতত্ত্বজ্ঞ পিতৃগণ বিজ্ঞানসম্মত ঔষধাদির ও নব নব ঔষ্যোপযোগী ঔষধির আবিষ্কারের দ্বারা এবং সেই সকল জগতে প্রচলনের দ্বারা জগতে পিতা বা পালক ভাবে কার্য্য করিয়া গিয়াছেন। গৃহে যেমন পিতা পুত্র কলত্রাদির পালন করেন সেইরূপ এই পিতৃগণ অন্ন ও ঔষধাদি বিতরণের দ্বারা জনসমাজের পালনে বিশেষ ভাবে নিযুক্ত ছিলেন। পালক বা পিতৃভাবেই তাঁহাদিগের বিশেষত্ব ছিল বলিয়াই তাঁহারা পিতৃনামের অধিকারী হইয়াছিলেন। গৃহে যেমন পিতা পুত্রাদির সমক্ষে শ্রদ্ধা ও ভক্তির পাত্র হইয়া উচ্চতর ভাবে

বিরাজ করেন পিতৃগণও অর্থাৎ পিতৃভাবাপন্ন ঋষিগণও সেইরূপ লোকের নিকট শ্রদ্ধা ও ভক্তির পাত্র হইয়াছিলেন। গৃহে যেমন পিতা পুত্রাদির রোগের সেবা, অন্ন বিতরণ, মঙ্গল চেষ্টা ও সঙ্গদেশাদির দ্বারা কর্তব্য সাধন করেন পিতৃভাবাপন্ন ঋষিরাও সেইরূপ স্বদেশকে স্বগৃহরূপে বিবেচনা করিয়া রোগীর চিকিৎসা প্রজাদিগের অন্নপালন, লোকের নিয়ত মঙ্গলচেষ্টা প্রভৃতির দ্বারা পিতার ন্যায় কার্য্য করিয়াছেন। যখন বিষ্ণুপদ অহুসরণ করিয় ঋষিরা উত্তর হইতে প্রথম হিমালয়ের পাদদেশ ভারতের ব্রহ্মাবর্তে আসিয়া উপনীত হইলেন তখন অরণ্যসঙ্কুল ভারতবর্ষ লোক-বাসের উপযোগী হয় নাই। এই নবাগত ঋষিদিগের নিকট ভারত স্বদেশরূপে পরিগণিত হইবার কথা নয়। কিন্তু ক্রমে তাঁহাদিগের বংশধরেরা আরো দক্ষিণে অগ্রসর হইলে তখন হিমালয়ের উত্তর দেশের কথা লোকের স্মৃতির বিষয়ীভূত হইল এবং ভারতবর্ষেই ক্রমে গৃহ প্রতিষ্ঠিত হইতে লাগিল। এইরূপে ঋষিরা দক্ষিণে অগ্রসর হইতে হইতে আর্য্যাবর্তের ওষধিক্ষেত্রে আসিয়া লোকালয় স্থাপন করিলেন। ভারতের আর্য্যাবর্তের প্রচুর ধন ধান্য লাভ করিয়া তাঁহারা এই স্থানকেই স্বদেশ বা স্বগৃহ (Home) রূপে গণ্য করিলেন। এইরূপে আর্য্যাবর্ত পিতৃ-গৃহে পরিণত হইল। সেই পুরাকালে যে সকল ঋষিরা ভারতের দক্ষিণাভিমুখে প্রথম অগ্রসর হইয়াছিলেন তাহারা অধিকাংশই পিতৃসম্প্রদায়ভুক্ত, যাহারা পিতৃসম্প্রদায়ভুক্ত নাও ছিলেন, তাঁহারাও আর্য্যাবর্তের মৃতিকাগুণে শীঘ্রই পিতৃ-ভাবে সমাচ্ছন্ন হইয়া পড়িলেন। বস্তুতঃ ব্রহ্মাবর্তের নিম্নে ভারতের দক্ষিণাংশে আর্য্যাবর্তে লোকবাস স্থাপনে প্রধান সহায় ছিলেন পিতৃগণ। পিতৃগণের দ্বারাই জনশূন্য আর্য্যাবর্ত জনপূর্ণ

জনপূর্ণ পিতৃগৃহরূপে এবং দক্ষিণ আৰ্য্যাবর্ত বিশেষ ভাবে পিতৃ-
গেহে পরিণত হইয়াছিল। দিগ্বীক্ষণের কাঁটার জায় পিতৃগণের
মনের টান দক্ষিণাভিমুখে ছিল। তাই শাস্ত্রকার বলিয়াছেন—

“পিতৃণাং স্থানমাকাশং দক্ষিণাদিক তথৈবচ”

“পিতৃদিগের স্থান আকাশ ও দক্ষিণদিক”।

যেমন মুসলমানদিগের মনের লক্ষ্য পশ্চিমাভিমুখে, তাহার
যেমন সকল কর্ম্মই মক্কার দিকে পশ্চিমমুখ হইয়া সম্পন্ন করিতে
চাহে, ওষধিপতি পিতৃগণও সেইরূপ দক্ষিণাভিমুখে লক্ষ্য রাখিয়া
সকল কার্য্য সম্পন্ন করিতেন। দক্ষিণের সহিত পিতৃলোকগণ যেন
কি এক স্বপ্ন সম্বন্ধ যুক্তে গ্রথিত। তাঁহারা যজ্ঞে বসিবেন তাহাও
দক্ষিণদিকে জাহ্নু পাতিয়া বসিবেন। ঋগ্বেদে স্পষ্টই আছে—

“আচ্যা জাহ্নু দক্ষিণতো নিষদ্যোমং যজ্ঞমভিগৃণীত বিধে।”

“হে পিতৃগণ! তোমরা দক্ষিণদিকে ভূমিনিহিত জাহ্নু হইয়া
উপবেশন পূর্ব্বক এই যজ্ঞকে প্রশংসা কর।” * আৰ্য্যাবর্তের
দক্ষিণ অনন্ত ওষধির আকর বলিয়াই ওষধিপতি পিতৃগণের একমাত্র
লক্ষ্য দক্ষিণদিক ছিল। অন্তরেও তাঁহারা দক্ষিণাশ্রয়যুক্ত
ছিলেন। আমরা অন্যত্র “চন্দ্র ও পিতৃলোক” বিষয়ক আলোচনার †
দেখাইয়াছি যে ওষধিপতি ও অশ্বানলোক এই দুই অর্থেই চন্দ্র
পিতৃলোক নামবাচ্য। সোমাস্বক পিতৃগণও সেইরূপ এই দুই
অর্থেই পিতৃলোক নামের অধিকারী। আয়ুর্বেদের জন্মদাতা
পিতৃগণ যেমন ওষধিতত্ত্ব ও অন্নদাতা হিসাবে ওষধিপতি ছিলেন
সেইরূপ তাঁহারা অশ্বানচারী বা অশ্বানভূমিগামীও ছিলেন।
আৰ্য্যাবর্তের দক্ষিণাংশ পিতৃস্থান যেমন ধান্য গোধূমাদি

* ঋগ্বেদ ১০ম মণ্ডল ১৫ সূক্ত।

† তর্পণতত্ত্ব দেখ।

ওষধির দ্বারা পূর্ণ ভাণ্ডার হইয়া ‘পিতৃস্থান’ নাম সার্থক করিয়াছে সেইরূপ আরেকদিকে শ্মশানভূমি হিসাবেও উহার সার্থকতা সম্পাদন করিয়াছে। বঙ্গের উত্তরাংশ প্রদেশ যাহা আর্য্যাবর্তের দক্ষিণে অবস্থিত উহা যেমন ওষধিক্ষেত্র পরিবেষ্টিত পিতৃদিগের আলয়স্থান বলিয়া পিতৃস্থান সেইরূপ চৈত্যাভূমি অর্থাৎ শ্মশানভূমি বা প্রেতভূমি হিসাবেও পিতৃস্থান। একাধারে এই অল্পক্ষেত্র ও শ্মশান প্রদেশই পিতৃগণের প্রধান বসতিতে পরিণত হইয়াছিল। তাই বিহার প্রদেশস্থ গয়াধাম পিতৃবিহার বা প্রধানপিতৃ-তীর্থরূপে পরিগণিত দেখিতে পাই। ‘পিতৃদিগের স্থান যে দক্ষিণ দিক’ এই শাস্ত্রবাক্য সর্ব্বতোভাবে সঙ্গত। কিন্তু এই সঙ্গে পিতৃদিগের স্থান আকাশ যে বলা হইয়াছে তাহা কি রূপে সঙ্গত হইতে পারে? ‘পিতৃগণের স্থান আকাশ’ যে বলা হইয়াছে ইহা শ্রদ্ধাবাচক মাত্র। গৃহের পিতামাতার সম্বন্ধে যে ভাবে শাস্ত্রকারেরা বলিয়াছেন “মাতা গুরুতর্য্য ভূমিঃ পিতা উচ্চতরন্তথা।”

অর্থাৎ “মাতা পৃথিবী হইতেও গুরুতর্য্য এবং আকাশ হইতেও পিতা উচ্চতর” শ্রদ্ধার পাত্র পিতৃগণ সম্বন্ধেও “পিতৃগণ স্থানমাকাশঃ” সেই ভাবেই বলা হইয়াছে। আকাশ হইতেও পিতা উচ্চতর” ইহাও যেক্রপ শ্রদ্ধাবাচক “পিতৃদিগের স্থান আকাশ” ইহাও সেইরূপ শ্রদ্ধাবাচক। পিতৃগণ বিজ্ঞান ও অন্নদানাদি দাক্ষিণ্য গুণের দ্বারা শোভাষিত হইয়া লোকের একরূপ শ্রদ্ধাভাজন হইয়াছিলেন যে তাঁহারাও দেবতাদিগের ন্যায় আকাশের উচ্চে স্থান লাভ না করিয়া বাইতে পারেন নাই।

প্রথমেই বলিয়া আসিয়াছি যে অগ্নির সহিত পিতৃগণের ঘনিষ্ঠ সম্বন্ধ। অগ্নি বা অগ্ন্যুপাধিক ঋষিদিগের অধিকাংশই প্রায় পিতৃ-সম্প্রদায়ভূক্ত ছিলেন। স্বগেদে আছে—

অংগিরসো নঃ পিতরো নবথা অথর্বাণো ভৃগবঃ সোম্যাসঃ । *

“অঙ্গিরা নামক, অথর্বা নামক এবং ভৃগু নামক আমাদের পিতৃলোকগণ এইমাত্র আসিয়াছেন তাঁহারা সোমরস পাইবার অধিকারী।” এই তিন ঋষির বংশধরেরাই প্রধানতঃ পিতৃসম্প্রদায়ভূক্ত ছিলেন। এতদ্ভিন্ন বশিষ্ঠ প্রভৃতি অত্যাশ্রিত ঋষি মুনিদিগের বংশধরেরাও অনেকে পিতৃবলভূক্ত ছিলেন। ইহাদিগের বংশবৃদ্ধি হইয়া ক্রমে দেশ বিদেশে ছড়াইয়া পড়িয়াছিল। মনু বলিয়াছেন—

যএতে তু গণা মুখ্যাঃ পিতৃগাং পরিকীর্তিতাঃ ।

তেষামপীহ বিজ্ঞেয়ং পুত্রপৌত্রমমস্তকং ॥

“প্রধান সপ্ত পিতৃগণের অনন্ত পুত্র পৌত্র হইয়া বিস্তৃত হইয়া পড়িয়াছে।” এই পিতৃকুল সমূহ হইতে অনেকানেক অগ্ন্যুপাধিকারী উৎপন্ন হইয়া জগতে অগ্নির মাহাত্ম্য ও প্রভাব বিস্তার করিয়া গিয়াছেন। ভৃগু ও অঙ্গিরাকুল যে অগ্নি ঋষিদিগের উৎপাদক তাহা আমরা পূর্বে প্রতিপন্ন করিয়া আসিয়াছি। অথর্বারও সম্বন্ধে ঋগ্বেদে আছে—“অথর্বা নামক ঋষি অগ্নিকে উৎপন্ন করিয়াছেন এই অগ্নি সর্বপ্রকার যজ্ঞকার্য্য জানেন। ইনি যজ্ঞকর্তার দূত স্বরূপ হইয়া দেবতাদিগকে সম্বাদ দেন। ইনি যমের প্রিয়পাত্র।” *

আমাদের শিবও পিতৃসম্প্রদায়ের অন্তর্ভুক্ত ছিলেন। শিব যে হিমালয়কূলে বিবাহ করিয়াছিলেন সেই হিমালয়পত্নী মেনকা, সোমপা নামক পিতৃগণের কন্যা।

* ঋগ্বেদ দশম মণ্ডল ১৪ সূক্ত।

* ঋগ্বেদ ১০ম মণ্ডল ২২ সূক্ত।

এষবৈ প্রথমঃসর্গঃ সোমপানাং মহাশ্রনাং ॥

এতেষাং মানসৌ কন্যা মেনানাং মহাগিরেঃ ।

পত্নী হিমবতঃ শ্রেষ্ঠা যন্যা মৈনাক উচ্যতে ॥ *

“এই মহাত্মা সোমপাদিগের মানসৌ কন্যা মেনকা হিমালয়ের শ্রেষ্ঠ পত্নী, যাহার পুত্র মৈনাক নামে বিখ্যাত।” পিতৃকন্যা মেনকার হুহিতা উমা যে অন্ন বিতরণে সিদ্ধহস্তা—অন্নপূর্ণা হইবেন তাহার আর আশ্চর্য্য কি? কারণ আমরা বলিয়া আসিয়াছি ‘অন্নবিতরণাদি দাক্ষিণ্যগুণ পিতৃভাবের একটি প্রধান লক্ষণ। শ্রাদ্ধান্বেষী শিবে পিতৃভাবের পরাকাষ্ঠা দেখা যায়। কি যোগবল, কি দাক্ষিণ্য গুণ, কি ওষধিতত্ত্বজ্ঞান, কি বিজ্ঞান, একাধারে পিতৃভাবের এই সকল লক্ষণ শিবে বিদ্যমান তাই শিব মহাদেব রূপে সকলের পূজ্য হইয়াছেন। কবি কালিদাস পার্করী ও শিবকে জগতের পিতা ও মাতা বলিয়াছেন—

“জগতঃ পিতরৌবন্দে পার্করী পরমেশ্বরৌ”

ইহাতে দেখিতেছি তিনি ঐতিহাসিক সত্যকে বজায় রাখিয়া কবিতা লিখিয়াছেন। শিবে যে যোগবলের পরাকাষ্ঠা দেখা যায় তাঁহার বহু পূর্বে হইতে পিতৃগণ তাহাতে সিদ্ধ ছিলেন।

“পিতৃণাং হি বলং যোগো যোগাং সোমঃ প্রবর্ত্তিতো” †

পিতৃদিগের যোগই বল, যোগের দ্বারা সোম প্রবর্ত্তিত হয় অর্থাৎ পরমায়ুযোগের দ্বারা তাঁহারা পরম সোমরস পান করেন। পিতৃগণের যোগবলের বিষয় মহাভারতেও আছে—

আপ্যায়য়ন্তি যে পূর্কং সোমং যোগবলেন বৈ ।

তস্মাৎ শ্রাদ্ধানি দেয়ানি যোগিনাস্তু বিশেষতঃ ॥

* হরিবংশ অষ্টাদশোধ্যায় ।

† ব্রহ্মববর্ত্ত পুরাণ ।

“ইহারা ই (পিতৃগণই) কেবল পূর্বে যোগবল দ্বারা সোমকে আপ্যায়িত করিতেন।” সোমকে আপ্যায়িত করার অর্থ যোগের দ্বারা সেই পরম সোমরস পান করা। পিতৃগণের হৃদয় যে কি প্রীতি ও মহত্ব পূর্ণ ছিল তাহা নিম্নলিখিত সনৎকুমারের বাক্যের দ্বারা প্রতিপন্ন হইবে।

পিতৃন্ প্রীণাতি যো ভক্ত্যা পিতরঃ প্রীণয়ন্তি তং

যচ্ছন্তি পিতরঃ পুষ্টিং প্রজাশ্চ বিপুলান্তথা।

স্বর্গমারোগ্যমেবাধ যদন্তদপি চেপ্সিতং ॥

দেবকার্যাদপি মুনে পিতৃকার্যং বিশিষ্যতে।

দেবতানাং হি পিতরঃ পূর্বমাপ্যায়নং স্মৃতং ॥

শীঘ্রপ্রসাদা হ্যক্রোধা লোকস্যাপ্যায়নং পরং।

স্থির প্রসাদাশ্চ সদা তান্নমস্যাশ্চ ভার্গব ॥

সনৎকুমার পিতৃভক্ত ভৃগুনন্দন মার্কণ্ডেয়কে বলিতেছেন “যিনি ভক্তিপূর্বক পিতৃগণের প্রীতিবিধান করেন, পিতৃগণ তাঁহাকে প্রীতিযুক্ত করিয়া থাকেন এবং পুষ্টি বিপুল প্রজা, স্বর্গ, আরোগ্য ও অত্র বাহ্য কিছু অভিলষিত থাকে, তৎসমুদয় প্রদান করেন। হে মুনে! দেবকার্য অপেক্ষা পিতৃকার্য উৎকৃষ্ট। দেবগণের পূর্বে পিতৃগণের পরিপূর্ণিবিধান স্মৃত আছে। পিতৃগণ শীঘ্র প্রসন্ন হন এবং তাঁহাদিগের ক্রোধ নাই, তাঁহারা লোকের পরম তৃপ্তি-বিধান করিয়া থাকেন। ভৃগুবংশ-প্রভব মার্কণ্ডেয়! পিতৃগণের প্রসন্নতা সতত স্থিরতর থাকে, তুমি তাঁহাদিগকে নমস্কার করা।” আয়ুর্বেদপারদর্শী রসায়ণ শাস্ত্রবিৎ পিতৃগণ চিকিৎসা ও ঔষধাদির দ্বারা লোকের আরোগ্য, পুষ্টি ও সুখ স্বচ্ছন্দাদি প্রদান করিতেন, সেই কারণেই পিতৃগণ তৃপ্ত হইলে ‘আরোগ্য, পুষ্টি ও পুত্রাদি দান করেন’ ইহা বিশেষরূপে উক্ত হই

যাচ্ছে। ইহার পরে পিতৃগণের বিজ্ঞানচক্ষুরও কথা সনৎকুমার বলিতেছেন “হে মার্কণ্ডেয় আমি তোমাকে যে বিজ্ঞান চক্ষু প্রদান করিতেছি ইহা পিতৃগণের পরমাগতি। * * এই বিজ্ঞান চক্ষু দেবগণেরও দুর্লভ।” * বস্তুতঃ বিজ্ঞানেই পিতৃগণের বিশেষত্ব। একদিকে যোগবলের দ্বারা যেমন পিতৃগণ অধ্যাত্মবিজ্ঞান আয়ত্ত করিয়াছিলেন সেইরূপ অগ্নির সাহায্যে জড়বিজ্ঞানেও অনেক দূর অগ্রসর হইয়াছিলেন।

পিতৃগণ প্রধানতঃ নিম্নলিখিত সপ্তগুণে বিভক্ত ছিলেন। তন্মধ্যে কয়েকটা অমূর্ত ও অপরগুলি সমূর্ত।

অমূর্তা মূর্তিমন্তঃ পিতরো দ্বিবিধা স্মৃতাঃ।

অমূর্ত কাহারো অগ্নিস্বাত, বর্হিবদ প্রভৃতি ত্রিনটীগণ অমূর্ত।

সুভাস্বর্য বর্হিবদ অগ্নিস্বাতা স্তথৈবচ।

ত্রয়োমূর্তি বিহীনাস্তে রাজন্ পিতৃগণাঃ স্মৃতা।

(বিষ্ণুধর্মোত্তর)

ইহারা অমূর্ত কেন না অতি আদিম কালে ইহারা বিরাজ করিতেন তাই তঁহাদিগের মূর্তি লোকের স্মৃতিপথ হইতে অনেকটা মুছিয়া গিয়াছিল। অতি আদিম কালে সম্ভবতঃ দেবযুগে ইহারা বিরাজ করিতেন বলিয়া মনু অগ্নিস্বাত প্রভৃতি পিতৃগণকে দেবগণের পিতৃগণ নামে অভিহিত করিয়াছেন

“অগ্নিস্বাতাঃ দেবানাং” (মনু)

সোমপা, আজ্যপা প্রভৃতি পিতৃগণ সমূর্ত। কারণ এই সকল পিতৃগণের অভ্যাদয় দেবযুগের অপেক্ষা অনেক আধুনিক। তাই ইহাদিগের মূর্তি লোকের স্মৃতিপথে অনেকটা জাগরুক আছে।

যখন ভারতে ব্রাহ্মণ ক্ষত্রিয় বৈশ্যাদি বর্ণ বিভাগ আরম্ভ হইয়াছে
সমুর্ন্ত পিতৃগণ সেই সময়ের—

সোমপা নাম বিপ্রাণাং ক্ষত্রিয়াণাং হবিভূজঃ

বৈশ্যানাং আজ্যপা নাম শূদ্রাণাস্ত স্নাকালিনঃ।

ঋগ্বেদে সোমপা ও হবিভূজ প্রভৃতি পিতৃগণের উল্লেখ দেখা যায়
যেটুকু তাহাতে মনুসংহিতার ন্যায় এমন স্পষ্ট বিভাগ দেখা যায়
না। মনুসংহিতা প্রভৃতি সংহিতার কাল হইতে যেমন ভারতীয়
আর্য্যজাতির মধ্যে বর্ণ ও জাতিবিভাগ বিধিবদ্ধ হইতে চলিল
সেইরূপ সকল সম্প্রদায়ের মধ্যেও বিভাগ সৃষ্টি বিধিবদ্ধ হইতে
লাগিল। ঋগ্বেদে স্নগতিপ্রাপ্ত ও দেবত্বপ্রাপ্ত পিতৃগণের উল্লেখ
আছে মাত্র। কিন্তু মনুসংহিতা প্রভৃতি সংহিতা গ্রন্থসমূহে দেখা
যায় ব্রাহ্মণের স্বতন্ত্র পিতৃগণ, ক্ষত্রিয়ের স্বতন্ত্র পিতৃগণ এবং বৈশ্যের
ও শূদ্রের স্বতন্ত্র পিতৃগণ, যেমন এক্ষণে দেখা যায় গয়লার স্বতন্ত্র
বামুন, স্নবর্ণবর্ণিকের স্বতন্ত্র বামুন ইত্যাদি ইহাও কতকটা সেইরূপ।

ঋগ্বেদে সোমপ ও হবিভূজ পিতৃগণের বিষয় এক স্থলে দৃষ্ট
হয়, যথা—

যেনঃ পূর্বে পিতর সোম্যাসোমুহিরে সোমপীথং বসিষ্ঠাঃ।

“যে পূর্বতন বসিষ্ঠ বংশীয় সোমপ পিতৃগণ যথা নিয়মে সোম-
পান করিয়া ছিলেন।” অন্ততঃ

যে সত্যাসো হবিরদো হবিষ্পা ইন্দ্ৰেণ রদবৈঃ সরথং দধানাঃ।

আগ্নে যাহি সহস্রং দেববন্দৈঃ পঠৈঃ পূঠৈঃ পিতৃভির্ঘর্মসক্তিঃঃ*

“যে সকল গাণ্ডেশীপিতৃগণকে দেবতাদিগের সঙ্গে একত্র হোমের
দ্রব্য ভক্ষণ ও পান করেন এবং ইন্দ্্রের সঙ্গে একরথে আরোহণ
করেন। হে অগ্নি! এই সমস্ত দেবগাধনাকারী, যজ্ঞের অনুষ্ঠান-
কারী, প্রাচীন ও আধুনিক পিতৃলোকদিগের সহিত আইস।”

ইহার অব্যবহিত পরেই আছে—অগ্নিষাত্তাঃ পিতর এহ গচ্ছত
সদসদঃ সদত সূপ্রগীতয়ঃ ।

“হে অগ্নিষত্ত সূগতি প্রাপ্ত পিতৃগণ! তোমরা এইস্থানে আগমন
কর, এক এক আসনে প্রত্যেকে উপবেশন কর।”

বর্হিষদ পিতৃগণের বিষয়ও ঋগ্বেদে আছে—

বর্হিষদঃ পিতর উত্যাৰ্কাগিমা বো হব্যা চক্ৰমা জুযধ্বঃ ।

“হে বর্হিষদ পিতৃগণ! এক্ষণে আমাদেরকে আশ্রয় দাও;
তোমাদের জন্ত এই সমস্ত দ্রব্য শ্রান্ত করিয়াছি, ভোগ কর।”

ঋগ্বেদের উল্লিখিত অগ্নিষাত্তাদি পিতৃগণ অধিকাংশই দেব-
যুগের অর্থাৎ বেদোক্ত ইন্দ্রাদি দেবগণের প্রায় সমসাময়িক। এই
পিতৃগণ অতিপ্রাচীন কালে বিদ্যমান ছিলেন বলিয়া বর্হিষদ,
অগ্নিষত্ত প্রভৃতি তিনটি পিতৃগণ অমূর্ত এবং দেবগণের পিতৃগণ
বলিয়া উক্ত হইয়াছেন। এক্ষণে পাঠক বুঝিলেন যে মনু প্রভৃতি
সংহিতাকারেরা পিতৃগণের তিনটি শাখাকে ‘মূর্ত্তিবহীন’ ‘মূর্ত্তি-
হীনান্নরৈশ্চবাং’ এবং ‘দেবগণের পিতৃগণ’ ‘অগ্নিষাত্তাশ্চ দেবানাং’
কেন বলিয়াছেন। অগ্নিষত্তপ্রভৃতি পিতৃগণ যে ‘দেবগণের পিতৃ-
গণ’ বলা হইয়াছে তাহার ইহা অর্থ নয় যে তাঁহারা সেই ইন্দ্রাদি
আদি দেবগণের জনক। প্রত্নত তাহার ইহাই অর্থ যে অগ্নিষত্ত
প্রভৃতি পিতৃগণ দেবগণের প্রায় সমসাময়িক এবং তাঁহারা
অনেকাংশে দেবভাবাপন্ন অর্থাৎ দেবগণের পথিক ছিলেন।
তাই আমরা শ্রাদ্ধ ও তর্পণের প্রধান মন্ত্রে স্পষ্টই দেখিতে পাই যে
অগ্নিষত্ত প্রভৃতি পিতৃগণকে ‘দেবপথের পথিক’ বলা হইয়াছে।

আয়াস্ত নঃ পিতরঃ সোম্যাসো অগ্নিষাত্তাঃ পথিভির্দেবযানৈঃ ।

“হে সোমপ অগ্নিষত্ত পিতৃগণ তোমরা দেবযান পথ দিয়া
এখানে আইস। যোগী যাজ্ঞবল্ক্যের উক্তির দ্বারাও আমাদের কথা

নিশেষরূপে সমর্থিত হইয়াছে। তিনি অগ্নিষাত্ত প্রভৃতি পিতৃগণকে “দিব্য পিতৃগণ” নামে অভিহিত করিয়াছেন।

আমরা এতক্ষণ দেখাইলাম ভারতের পিতৃগণ কাহারছিলেন। কিন্তু এই পিতৃগণের ‘পিতা’ উপাধি হওয়ার প্রকৃত ইতিহাস ভ্রাম্য-চ্ছাদিত হইয়া পড়িয়াছে। কালে গৃহের পিতৃপিতামহ ও পিতৃগণের একত্ব বিধান ঘটিয়াছে। যেখানে বেদে ও পুরাণে পিতৃগণের উল্লেখ আছে সেখানে ভারতবাসীরা গৃহের মৃত পিতৃগণের প্রেতাশ্মার আরোপ করিয়া পরিতৃপ্ত থাকেন।

গৃহের পিতার সঙ্গে বস্তুতঃ পিতৃগণের নানা বিষয়ে সাদৃশ্য আছে এবং সেই কারণে এরূপ গোলোযোগ হওয়া কিছু আশ্চর্য্য নহে। পূর্বে যেমন দেখাইয়া আসিলাম পিতৃগণ অমূর্ত ও মূর্তিমন্ত এই দুই ভাগে বিভক্ত। গৃহের পিতৃপিতামহগণও সেইরূপ পূর্বোক্ত দুই ভাগে বিভক্ত।

নান্দীমুখাস্ত, মূর্তাস্ত, মূর্তিমন্তোহথ পার্শ্বনাঃ।

(হেমাদ্রিযুক্ত ব্রহ্মপুরাণ)

পিতা পিতামহৈশ্চৈব তথৈব অপিতামহঃ।

অয়োহশ্রমুখাহেতে পিতরঃ পরিকীর্তিতাঃ ॥

তেভ্যঃ পূর্বতরা য়ে চ প্রজাবন্তঃ স্মথোচিতাঃ।

তেতুনান্দীমুখাঃ, নান্দী-সমৃদ্ধিরিতি কথ্যতে।

(গোভিল গৃহ্যসূত্র ভাষ্যযুক্ত ব্রহ্মপুরাণ)

“ইহার ভাবার্থ এই যে পিতা, পিতামহ ও অপিতামহ ইহারা ‘অশ্রমুখ’ পিতা নামে পরিকীর্তিত। ইহারা সমূর্ত, কেননা পিতা, পিতামহ ও অপিতামহ আমাদের সচরাচর স্মৃতির বিষয়ীভূত থাকেন, তাঁহাদের মূর্তি আমাদের মনে সদা জাগরুক থাকে। তাঁহাদের কথা মনে পড়িলে সহজেই আমাদের নয়ন হইতে

অশ্রুধারা বিগলিত হয় তাই ইঁহাদিগকে “অশ্রুমুখ” নামে অভিহিত করা হইয়াছে। প্রপিতামহের পূর্বে যাহারা তাঁহারা অমৃত এবং নান্দীমুখ অর্থাৎ তাঁহাদিগের মূর্তি স্মৃতির অবিষয়ীভূত এবং তাঁহাদিগের কথা মনে পড়িলে শোক দূরে থাক্ বরঞ্চ আনন্দ হয়। আনন্দ কিসে না তাঁহাদিগের বংশাবলী এখনও সংসারে বিচরণ করিয়া লোকোপকার করিতেছে। তাই বিবাহ, উপনয়ন প্রভৃতি শুভকর্মে আনন্দের জন্য হিন্দুদিগের নান্দীমুখ শ্রাদ্ধের ব্যবস্থা আছে। কিন্তু এই গৃহের পিতৃ পিতামহের সহিত পিতৃগণের কোন সম্বন্ধই নাই। কেবল উভয়ের মধ্যেই পিতৃভাব সাধারণভাবে বিরাজ করিতেছে বলিয়া উভয়েই পিতৃনামের অধিকারী হইয়াছেন। এই পিতৃভাবের কারণে গৃহের পিতা যেমন পুত্র পৌত্রাদির নিকট শ্রদ্ধার পাত্র সেইরূপ পিতৃগণও স্বদেশরূপ গৃহে (home) সমগ্র জনসমাজের নিকট শ্রদ্ধার পাত্র।

এই পিতৃগণ সচরাচর কবি নামে অভিহিত হইতেন। কবি’র অর্থ ক্রান্তদর্শী পরমজ্ঞানী। ভৃগুনন্দন অহর গুরু গুরু এই কারণে কবি নামে অভিহিত হইতেন।

কবীনাশ্রুনা কবিঃ

(ভগবদ্গীতা)

বেদেও আছে

“স্বা স্বা মন্ত্রাঃ কবিশস্তা বহুশ্চেনারাজন্ হবিষ্যামদয়স্ব ॥”

“তোমার উদ্দেশে কবিদিগের মুখোচ্চারিত মন্ত্র সকল চলিতে থাকুক।” মহাভারতেও আছে—

“উৎপন্ন্য যে স্বধারাস্ত্র সোমপা তৈ কবেস্ত য়ে।”

“ওষধিতত্ত্ব কবিকন্যা স্বধাতে যে সমস্ত সৌম্য পিতৃগণ উৎপন্ন হইয়াছিলেন।” আজকাল ঔষধদাতা চিকিৎসক বৈদ্য-দিগকে সচরাচর যে লোকে কবিরাজ বলিয়া থাকে সেই কবিরাজ নাম আয়ুর্বেদের জন্মদাতা ক্রান্তদর্শী ওষধিপতি (অর্থাৎ ওষধিতত্ত্ব) পিতৃগণের কবি নাম হইতে আসিয়াছে।

আমরা এতক্ষণ দেখাইয়া আসিলাম যে সৌম্য অগ্নিষাত্র প্রভৃতি পিতৃগণ গৃহের মূর্ত পিতৃগণের প্রেতাঙ্গী মাত্র নহে। জগতের এবং ভারতের ইতিহাসে তাঁহাদিগের যথেষ্ট স্থান আছে। তাহারা এককালে এই ভারতে ঋষিবংশেই জন্মগ্রহণ করিয়া লোকপালনাদি নানা সংকার্যের দ্বারা পিতা নাম প্রাপ্ত হইয়া ছিলেন। তাঁহারা বিজ্ঞানে আয়ুর্বেদে ওষধিতত্ত্বে যথেষ্ট উন্নতি-সাধন করিয়া শুদ্ধ ভারতবাসী কেন সমগ্র জগতবাসীকে চিরঞ্জী করিয়া রাখিয়াছেন। সে ঋণ হইতে ভারতবাসীরা কিসে মুক্ত হইবেন? ভারতবাসীরা যদি পিতৃগণের অনুসারী হইয়া বিজ্ঞানচর্চা, অন্ত্রবিতরণ, ঔষধদান প্রভৃতি দ্বারা প্রজা পালন করেন তবেই দেশের মঙ্গল ও জগতের মঙ্গল এবং তখনই স্বর্গবাসী পিতৃগণ তুষ্ট হইবেন এবং সেই সঙ্গে ভারতবাসী পিতৃগণ হইতে মুক্ত হইবেন। এই মহামারী ও দুর্ভিক্ষ প্রপীড়িত দেশে এক্ষণে পিতৃ-আদর্শে চলিতে না পারিলে মঙ্গল নাই। সব জিনিষ যেমন কালক্রমে অপ্রভংশ আকার প্রাপ্ত হয়, পিতৃভাবেরও সেইরূপ অপভ্রংশাকারে ভারতে এক্ষণে বিদ্যমান নাই যে তাহা নহে। পিতৃভাবের অনুসরণ করিয়া বৌদ্ধ শ্রমণেরা এককালে বৌদ্ধ ধর্মপ্রচার করিয়াছেন। বৌদ্ধেরা পিতৃভাব, পিতৃস্থান প্রভৃতি সকল বিষয়েই পিতৃগণেরই অনুসরণ করিয়াছিলেন। পিতৃতীর্থ গয়া বৌদ্ধতীর্থও বটে। পিতৃস্থান বিহার প্রদেশ বৌদ্ধ বিহারে

পরিণত। এমন কি বৌদ্ধধর্মে পিতৃভাবের বড়ই মেশামেশি দেখা যায়। পিতৃপূজা বৌদ্ধধর্মের একটি বিশেষ অঙ্গ। কিন্তু পিতৃগণ বৌদ্ধগণের অপেক্ষা জ্ঞানে, গুণে ও নানা বিদ্যায় অনেকাংশে উন্নত ছিলেন। অধুনা কালে এই ভারতবর্ষে পিতৃগণের যে পদচিহ্ন আছে তাহা অতি সংসামান্য। আজকাল যে সাধু সন্ন্যাসী সম্প্রদায় দেখা যায় তাহাতে পিতৃভাবের সামান্য লক্ষণ মাত্র দৃষ্ট হয়। পিতৃ-পথানুযায়ী হইয়া সাধু সন্ন্যাসীরা লোকোপকারের জন্য একটু টুটকা টাটকা ঔষধাদি জানিয়া রাখেন, কখনও কখনও অন্ন বিতরণ ও ষাগবজ্ঞ করেন এবং কখন বা হঠযোগাদির অভ্যাসে নিরত থাকেন। তাই সাধু সন্ন্যাসীদিগকে লোকে বাবা বা বাবাজী বলিয়া থাকে। বাহার নাম পিতা তাহারই নাম বাবা। কিন্তু প্রাচীনকালে পিতৃ-গণ যে পিতৃভাবে মহত্ত্ব লাভ করিয়াছিলেন তাহার শতাংশের একাংশও আধুনিক প্রকৃত সাধুবৃন্দের মধ্যে বিরল। পিতৃগণের অনন্ত পুত্র পৌত্রক এককালে দেশ বিদেশে—আসিয়া ও যুরোপ প্রভৃতি ভূখণ্ডের নানাস্থানে পিতৃধর্ম প্রতিষ্ঠা করিয়াছিলেন। এখনও তাঁহাদিগের বংশধরেরা সেই সকল স্থানে পিতৃনামের ও পিতৃভাবের মহিমা কীর্তন করিয়া জগতে অক্ষয় পদ লাভ করিতেছেন।

হব্য ও কব্য।

আমরা দেব, ঋষি ও পিতৃগণের মানবত্ব সম্বন্ধে যথেষ্ট আলোচনা করিয়া আসিলাম, এক্ষণে সে বিষয় আর কাহাও বোধ হয় দ্বিধা নাই। এই দেব, ঋষি ও পিতৃগণই মানব সমাজের উপ-

যোগী খাদ্যপাক প্রথার প্রবর্তনার মূলে। পশু প্রভৃতি ইতর প্রাণীরা প্রকৃতির ফলমূল ও আম মাংস যেমনটী পায় তাহাই খায়। বিজ্ঞান চক্ষু মনুষ্যই কেবল নিজচেষ্টায় আহাৰ্য্য দ্রব্যের পরিপাক করিবার উপায় উদ্ভাবন করিয়া বীশক্তির পরিচয় দিয়াছে। বিজ্ঞানের উন্নতির সঙ্গে সঙ্গে ক্রমে খাদ্যপাকেরও যথেষ্ট উন্নতি সাধিত হইয়াছে দেখা যায়। ভারতে প্রধানতঃ দুই দিক দিয়া আহাৰের উন্নতি হইয়াছিল এক দেব ভোগ্য হব্য এবং দ্বিতীয় পিতৃভোগ্য কব্য। হবি দেবগণের প্রিয় ছিল বলিয়া হবিপ্রধান খাদ্য দেবভোগ্য হব্য রূপে পরিগণিত এবং আমিষ ও ওষবি প্রধান খাদ্য পিতৃগণের প্রিয়বস্তু ছিল বলিয়া উহা পিতৃগণের কবি নাম হইতে কব্য নাম প্রাপ্ত হইয়াছে। এই হব্য ও কব্য দুই পথ দিয়া ভারতবাসীরা আমিষ ও নিরামিষ নানাবিধ খাদ্য উদ্ভাবনে সমর্থ হইয়াছিলেন।

মনুষ্যমাত্রেরই খাদ্যকে প্রধানতঃ দুই ভাগে বিভক্ত করা যায়, আমিষ ও নিরামিষ। যেমন অক্ষর স্বরবর্ণ ও ব্যঞ্জনবর্ণ এই দুই ভাগে বিভক্ত, সেইরূপ আহাৰও আমিষ ও নিরামিষ এই দুই শ্রেণীতে বিভক্ত। যেমন স্বরবর্ণ ব্যতীত ব্যঞ্জনবর্ণ উচ্চারণ হইতে পারে না, সেইরূপ আমিষাহাৰও নিরামিষের সাহায্য ব্যতীত রন্ধন হইতে পারে না। কিন্তু নিরামিষের রন্ধনে আমিষের প্রয়োজন হয় না যেমন স্বরবর্ণের সাহায্যার্থে ব্যঞ্জনবর্ণের আবশ্যকতা নাই।

সভ্যতার উষাকালে দেবযুগে যখন খাদ্যপাক বিশেষ পরিপকতা লাভ করে নাই, যখন সবেমাত্র উহার নবোন্মেষ হইয়া ছিল, তখন দেবতারা প্রকৃতির পরিপক ফলমূলের রসাস্বাদে ও ঘৃত পানে তৃপ্তি ও পুষ্টি লাভ করিতেন। তাই ঋগ্বেদের ঋষি দৃষ্টান্তরূপে বলিয়াছেন—

“দেবতাভাগ্য বথা পূর্বে সংজ্ঞানান্য উপাসতে”

“পুরাতন দেবতারা যেমন একমত হইয়া হবির্ভাগ গ্রহণ করেন।” দেবযুগে একদিকে যেমন উন্নতহৃদয় দেবতারা প্রধানতঃ নিরামিষাশী ছিলেন সেইরূপ আবার আরেকদিকে ঠিক তাহার বিপরীত হিংস্র প্রকৃতির রাক্ষস বা অসুরেরা প্রধানতঃ আমমাংসভোজী ছিল। ঋগ্বেদের ঋষি তাই বলিতেছেন “আম মাংস ভোজী রাক্ষসদিগকে সমূলে ধ্বংস কর। * এইরূপে দেবাসুরের বিরুদ্ধ প্রকৃতির সঙ্গে সঙ্গে আহাৰ বিষয়েও বিরুদ্ধ ভাব ধারণ করিয়াছে দেখা যায়। দেবপথামুসারী ঋষিপ্রভৃতির পরবর্তীকালে দেবভাবের সঙ্গে সঙ্গে হবিপ্রভৃতি পবিত্র দেবখাদ্যেরও অবিকারী হইলেন এবং অসুরাভ্যুত্থরের আমমাংস নরমাংস প্রভৃতি ঘৃণিত আহাৰে তৃপ্তিলাভ করিতে লাগিল। কিন্তু তৎপরে এমন এক সময় আসিল যখন পিতৃগণের আবির্ভাবে উপরোক্ত দুই বিরুদ্ধ প্রকৃতির আহাৰের মিলন সাধিত হইয়া খাদ্য পাকে এক নব্যযুগ আনয়ন করিয়াছিল। আমরা পূর্বে বলিয়া আসিয়াছি যে পিতৃগণ কঠোর বৈজ্ঞানিক প্রকৃতির ঋষি ছিলেন। তাঁহারা আহাৰ বিষয়ে বিজ্ঞানকে মান্য করিয়া চলিতেন। তাঁহারা বিজ্ঞানের বলে অসুরদিগের আমমাংসের সঙ্গে দেবতাদিগের ঘৃতাদির সন্মিশ্রণে অগ্নিসংযোগে নব নব সুস্বাদু খাদ্য প্রস্তুত করিয়া জগৎকে তৃপ্ত করিতে লাগিলেন। যেমন স্বরবর্ণের সাহায্য ব্যতীত বিস্তৃত ব্যঞ্জন বর্ণ সহজ উচ্চারণ করা যায় না সেইরূপ ঘৃতাদি নিরামিষের সংযোগ বিনাও মাংসাদির ভালরূপে পরিপাক হয় না। বিজ্ঞানচক্ষু ওষধিপতি পিতৃগণ বিজ্ঞানের বলে যেমন ধান্য গোধূমাদির পরিপাক প্রশালী উদ্ভাবন করিয়া-

* ঋগ্বেদ ১০ম স্কন্ধ, ১৭ সূক্ত এই ঋকের দেবতা রাক্ষস নিধনকারী অগ্নি।

ছিলেন সেইরূপ. মাংস পাক প্রণালীর ও নবপ্রচলনও উৎকর্ষ সাধন করিয়াছিলেন। তাঁহারা আমিষ ও নিরামিষ উভয়বিধ খাদ্যেরই শরীরধারণোপযোগী নানা গুণ দেখিয়া এই দ্বিবিধ আহারেই তৃপ্ত হইতেন। পিতৃগণের মাংস পাক প্রথার আবিষ্কারের পর আমমাংস ভোজন পৃথিবী হইতে একপ্রকার লোপ প্রাপ্ত হইয়াছে।

এইরূপে দেব ও পিতৃগণ কর্তৃক ভারতের আহারে দুই বিভাগের সৃষ্টি হইয়াছে। বর্তমানকালেও হিন্দু আহারে সেই দুই বিভাগ চলিয়া আসিয়াছে। এক অন্ন বা ওষধি প্রধান খাদ্য ও আরেক হবি-প্রধান খাদ্য। অন্ন প্রধান খাদ্য যেমন ভাত, ডাল প্রভৃতি; ইহার ওষধিপতি পিতৃগণপ্রবর্তিত পিতৃখাদ্য কব্য শ্রেণীর অন্তর্ভূত। এবং লুচি ও ঘৃতপক মিষ্টান্ন প্রভৃতি হবিপ্রধান খাদ্য হব্যের অন্তর্ভূত। তাই লুচি প্রভৃতি ঘৃতপক খাদ্যপাকের নাম ভিয়েন। ভিয়েন শব্দটী সংস্কৃত 'হবন' শব্দ হইতে উৎপন্ন হইয়াছে। সেকালের যজ্ঞ ও হবন আমাদের আধুনিক বিবাহাদির ষজ্জর ভিয়েনে কেবল সামান্য পদচিহ্ন রাখিয়া লয় প্রাপ্ত হইয়াছে। আর সেকালের কবি প্রচলিত আমিষ খাদ্যের বর্তমানে ভারতে কোন চিহ্নই নাই। বস্তুতঃ হব্য ও কব্যের মধ্যে ভারতবাসীরা যাহা নিরামিষ তাহাই যতপূর্ব্বক রক্ষা করিয়াছে আর যাহা আমিষ তাহা ত্যাগ করিয়াছে। হবিপ্রধান খাদ্য অর্থাৎ ভিয়েনের খাবার তাহা সচরাচর নিরামিষ হইয়া থাকে এই কারণে তাহা সর্ব্বতোভাবে ভারতের সর্ব্বত্র গৃহীত হইয়াছে। কিন্তু কবি অর্থাৎ পিতৃগণপ্রচলিত কব্যের মধ্যে যাহা নিরামিষ যেমন অন্ন প্রভৃতি তাহাই ভারতের সর্ব্বত্র সমাদর লাভ করিয়াছে কিন্তু কব্যের আমিষাংশ অবশেষ হইতে দূরীভূত হইয়াছে।

যে সকল আমিষ খাদ্য এককালে ভারতেই উদ্ভাবিত হইয়া প্রচলিত হইয়াছিল তাহাই কালক্রমে স্বদেশ হইতে দূরীভূত হইয়া বিদেশে সমাদর লাভ করিয়াছে। কেন আমাদের দেশ হইতে আমিষাহার বিতাড়িত হইল? ইহার কারণ কি? এক গ্রীষ্ম প্রধান দেশে মাংসাহার বিশেষ সহ্য হয় না বলিয়া, আরেক হিন্দু ও বৌদ্ধ ধর্ম শাস্ত্রের “অহিংসা পরমোধর্ম” উপদেশ। কিন্তু সে যাহাই হউক যে সকল ঋষিদেবিত আমিষ খাদ্যের এককালে স্বদেশে উৎপত্তি প্রচলন হইয়াছিল তাহাকে এক্ষণে কেমন করিয়া স্নেহের খাদ্য বলিয়া গণ্য করিতে পারি। নিরামিষ খাও ভালই, কিন্তু যদি আমিষ খাদ্য খাইতে চাহ ত প্রাচীন কালের ঋষিদেবিত সম্বন্ধে স্মৃতি স্মৃতি স্মৃতি আহা করি। আমরা এক্ষণে যে সকল কারা কোপ্তা, কাবাব প্রভৃতি আমিষাহারকে বিদেশীয় স্নেহ খাদ্য বলিয়া ঘৃণিত চক্ষে দেখি সেই স্মৃতি স্মৃতি স্মৃতি পক্ষে আমাদের স্বদেশের পিতৃ-পুরুষ প্রবর্তিত। * যেমন বৌদ্ধধর্ম ভারতে উঠিয়াও ভারত হইতে বিতাড়িত হইয়াছিল, খাদ্য সম্বন্ধে তাহাই হইয়াছে। যুরোপ প্রভৃতি সুসভ্য দেশের অধিকাংশ আমিষ খাদ্য ভারতেরই জিনিষ। শীত প্রধান দেশে মাংসাহার সহ্য হয় এবং উপকারী বলিয়া ভারতের আমিষ খাদ্যগুলি কাবুল পারস্য প্রভৃতি দেশে এবং যুরোপেও সম্বরণ গৃহীত হইল। ভারতের আমিষ খাদ্যগুলি আচ্ছিন্ন দেখিতে পাই যুরোপের অধিকাংশ দেশে প্রধান খাদ্যরূপে পরিণত।

অনেকে মনে করেন যে আহাার বিষয়ে প্রাচ্য ও প্রতীচ্য ভূখণ্ডের মধ্যে এক বিশাল ব্যবধান আছে। এক্ষণে ভারতবাসী হিন্দুরা প্রধানতঃ নিরামিষাশী এবং হিন্দু ভিন্ন অন্যান্য

* ইহা পরে প্রমাণ সহকারে প্রদর্শিত হইবে।

প্রতীচাবাসীরা, আশিয়াবাসী। বিদ্যার আধার এই ভারতবর্ষ যেমন সকল বিষয়ে সকলের অগ্রণী আহার বিষয়েও তাহাই। বরঞ্চ আহার বিষয়ে অন্যান্য জাতিরা হিন্দুর নিকট যেমন অগ্রণী এমন অল্প কোন বিষয়ে নহে বলিতে পারা যায়। হিন্দু ও অন্যান্য জাতির মধ্যে আহার বিষয়ে একটা কৃত্রিম ব্যবধান পড়িয়াছে মাত্র, নহিলে বস্তুতঃ অন্যান্য জাতিরা আহার বিষয়ে হিন্দুদিগেরই পদানুসরণ করিয়াছে। কি আরব পারস্ত প্রভৃতি মুসলমান প্রদেশে কি যুরোপে যে সকল সুস্বাদু খাদ্য প্রচলিত দেখিতেছি তত্রত্য অধিবাসীগণ সে সকল কোথা হইতে শিখিল ? ভারতবর্ষ হইতে শিখিয়াছে। যে ভারত এককালে বিদেশীয়-গণকে সঙ্গীতাঙ্গী নানা শাস্ত্রে শিক্ষা দিয়াছিল সেই অল্পপূর্ণা ভারত মাতা যে তাহাদিগকে বিচিত্র খাদ্যপাক প্রণালীর শিক্ষা দিয়া মানুষ করিয়া তুলিবে তাহার আর আশ্চর্য্য কি।

মানবের ভাষা যেমন মানব জাতির প্রাচীন ইতিহাসের দ্বারা অনেকটা উন্মোচিত করিয়া দিয়াছে, যেমন বিভিন্ন জাতির ভাষাকে এক গোষ্ঠীর বলিয়া জানিতে পারায় বিভিন্ন জাতির প্রাণে অনেকটা একতার বীজ সংস্থাপিত, মানবের খাদ্যও সেইরূপ আমাদের ধারণা মানব ইতিহাসের অনেক রহস্য উন্মোচিত করিয়া সেই একতার বীজ ক্রমশঃ অঙ্কুরিত করিয়া তুলিবে। আহারের সহিত মানবের গৃহের কথা সুখদুঃখের কথা সর্বাঙ্গপেক্ষা অধিক বিজড়িত। খাদ্যের দ্বারা যেমনটা আমরা মানব ইতিহাসের “পেটের কথা” জানিতে পারিব এমন আর অল্প কিছুতে নহে।

আমরা এক্ষণে সাধারণ ভাবে বলিয়া স্থগিত রহিলাম। প্রথম খণ্ডে আশিয়াবাসীদের ত কোন সংশ্রবই নাই এমন কি নিরামিষ আহারেরও অত্যন্ত অংশ মাত্রই গিয়াছে। এক্ষণে তাই সাধারণ

জাবে আমিষ ও নিরামিষাহারের স্বত্বপাত কিরূপে হইয়াছে তাহাই
কতকটা বুঝাইয়া দিয়া ক্ষান্ত হওয়া গেল। পরে বিশেষ জাবে
বিশেষ বিশেষ বিষয় আলোচিত হইবে।

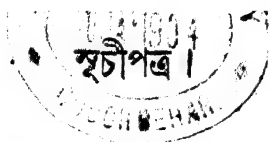
ভ্রম সংশোধন ।

| পৃষ্ঠা | পংক্তি | অশুদ্ধ | শুদ্ধ |
|--------|--------|------------|-------------|
| ২ | ১ | আমিষ | আমিষ |
| ৫ | ১৪ | আহার্য্য | আহার্য্য |
| ৬ | ১ | নিরামিষ | নিরামিষ |
| ৬ | ৩ | দ্বীলোক | দ্বীলোক |
| ৮ | ১৬ | বিড়া | বিঁড়া |
| ৯ | ২ | ছাকনি | ছাঁকনি |
| ১৪ | ১ | আমিষ | আমিষ |
| ১৬ | ১ | কাঁচের | কাঁচের |
| ১৬ | ১৬ | ঝাঁঝরি | ঝাঁঝরি |
| ২১ | ৩ | যায় | যায় |
| ২৩ | ২২ | যে | যে |
| ৩৩ | ১০ | যাহা | যাহা |
| ৩৬ | ২ | পৃষ্ঠ | পৃষ্ঠা |
| ৩৯ | ৯ | পারিমাণ | পরিমাণ |
| ৩৯ | ১৫ | অধিবুদ্ধকর | অধিবুদ্ধিকর |
| ৪০ | ১৩ | যাহার | যাহার |
| ৪০ | ২০ | করিবার | করিয়া |
| ৪০ | ২২ | যখন | যখন |
| ৪১ | ১৬ | উগুড় | উগুড় |
| ৫৬ | ৩ | যে | যে |
| ৮৬ | ১ | আমিষ | আমিষ |
| ১৪৮ | ৫ | শাস্তাত্য | পাশ্চাত্য |

| | | | |
|-----|----|-----------|-----------|
| ১৭১ | ১০ | কাঁচা | কাঁচি |
| ১৭৪ | ৯ | কাঠাল | কাঠাল |
| ১২৭ | ১৩ | পটোলর | পটোলের |
| ১০০ | ২৪ | মরিচা | মরিচা |
| ২০৮ | ২৪ | শাব ডুকাও | শাক ডুবাও |
| ২১৬ | ১ | নিরামিষ | নিরামিষ |
| ২৩০ | ১ | নিরামিষ | নিরামিষ |
| ২৩২ | ১৪ | মাফিন | পুরিন |
| ২৪১ | ১ | ৩৪১ | ২৪১ |
| ২৪২ | ১ | ৩৪২ | ২৪২ |
| ২৪৩ | ১ | ৩৪৩ | ২৪৩ |
| ২৪৪ | ১ | ৩৪৪ | ২৪৪ |
| ২৪৫ | ১ | ৩৪৫ | ২৪৫ |
| ২৪৬ | ১ | ৩৪৬ | ২৪৬ |
| ২৪৭ | ১ | ৩৪৭ | ২৪৭ |
| ২৪৮ | ১ | ৩৪৮ | ২৪৮ |
| ২৭৩ | ১৭ | ২৩৫ | ২৩৬ |
| ২৭৪ | ৯ | ২৩৬ | ২৩৭ |
| ২৭৪ | ২২ | ২৩৭ | ২৩৮ |
| ২৭৫ | ১২ | ২৩৮ | ২৩৯ |
| ২৭৫ | ২২ | ২৩৯ | ২৪০ |
| ২৭৬ | ১৮ | ২৪০ | ২৪১ |
| ২৭৭ | ৮ | ২৪১ | ২৪২ |
| ২৭৭ | ২২ | ২৪২ | ২৪৩ |
| ২৭৮ | ১১ | ২৪৩ | ২৪৪ |

७०

| | | | |
|-----|----|-----|-----|
| २१२ | २ | २८८ | २८८ |
| २१२ | १२ | २८८ | २८८ |
| २१२ | २७ | २८८ | २८९ |
| २८० | २८ | २८९ | २८८ |



| বিষয় | পৃষ্ঠা |
|---|--------|
| অরুহর ডালের খিচুড়ি | ১২০ |
| অরুহর ডালের হিন্দুস্থানী খিচুড়ি | ১২১ |
| আনারসী মালাই পোলাও | ৮৮ |
| আতপচালের ভাত | ৪০ |
| আপেলী পোলাও | ১০৪ |
| আলুবখরার খিচুড়ি | ১০১ |
| আলুসিদ্ধ | ১৪৩ |
| আলুভাতে | ১৪৬ |
| আলুভাতে মাধা | ১৪৬ |
| আলুভাতে মাধা (দ্বিতীয় প্রকার) | ১৪৬ |
| আলুভাতে মাধা (তৃতীয় প্রকার) | ১৪৬ |
| আলুপোড়া | ১৪৭ |
| আলুর খিপোড়া | ১৪৭ |
| আমকল শাক ভাতে | ১৬৭ |
| আমকল শাক পোড়া | ১৬৭ |
| আমলকী ভাতে | ১৮০ |
| আনারস ভাজা | ১৮২ |
| আলুর গিলেকোণ্ডা | ১২০ |
| আলুপটোল ভাজা | ১২২ |
| আলুর মাফিন | ২০৭ |
| আলু আলু ভাজা | ২২২ |

| | | |
|---------------------------------|-----|-----|
| আলুর গুরিন | ... | ২৬০ |
| আন্তর্পেয়াজ ভাজা | ... | ২৩৪ |
| আলুর ফুলুরি | ... | ২৪৬ |
| আলু রাখিবার উপায় | ... | ৩৬৩ |
| ইচড়ের কোপ্তা | ... | ২৪৭ |
| ইচড়ের ছেঁচকী | ... | ২৭৯ |
| ইচড়ের ঘণ্ট | ... | ৩২০ |
| উনান | ... | ১৩ |
| উচ্ছে ও করোলা ভাতে | ... | ১৬৮ |
| উচ্ছে আলু ভাতে | ... | ১৬৮ |
| উচ্ছে ভাজা | ... | ১২৩ |
| উড়িয়া ফুলুরি | ... | ২৫৭ |
| উচ্চা চড়চড়ি | ... | ২৯৭ |
| উচ্চা চড়চড়ি (দ্বিতীয় প্রকার) | ... | ২৯৮ |
| ওজন ও পরিমাণ | ... | ২৪ |
| ওপর থিচুড়ি | ... | ১৩২ |
| ওলের ত্বর্ভা | ... | ১৭৫ |
| ওল পোড়া | ... | ১৭৫ |
| ওলের মূখী বা কচুরমূখী ভাজা | ... | ২৬৩ |
| ওল বা কচু ভাজা | ... | ২৬৮ |
| ওল ছেঁচকী | ... | ২৭৫ |
| ওল ডাঁটির ঘণ্ট | ... | ৩২৯ |
| কমলা পোলাও | ... | ১০৫ |
| কমলা পোলাও (দ্বিতীয় প্রকার) | ... | ১০৬ |
| কলাইগুট ঝিয়া ফেনসা থিচুড়ি | ... | ১১৫ |

| | | | |
|------------------------------------|-----|-----|-----|
| কড়ুই বেগুণ তর্তু | ... | ... | ১৫১ |
| কচি আমড়া ভাতে | ... | ... | ১৬৩ |
| কচি চালতা ভাতে | ... | ... | ১৭০ |
| কচি কচুপাতা পোড়া | ... | ... | ১৭২ |
| কচুর বড়া | ... | ... | ১৯৮ |
| কচি পুইপাতা ভাজা | ... | ... | ২০৯ |
| কচি চালতা ভাজি | ... | ... | ২২৬ |
| কচি ডুমুরের কোণ্ডা | ... | ... | ২৪১ |
| কচু ডাটি ভাজা | ... | ... | ২৪২ |
| কচি মুলার ছেঁচকী | ... | ... | ২১২ |
| কন্দিশাক শশুরি | ... | ... | ৩১০ |
| কচুশাকের ঘণ্ট | ... | ... | ৩২৩ |
| কচুশাকের ঘণ্ট (দ্বিতীয় প্রকার) | ... | ... | ৩২৫ |
| কচুশাকের ঘণ্ট (তৃতীয় প্রকার)... | ... | ... | ৩২৫ |
| কচুশাকের মালাই ঘণ্ট | ... | ... | ৩২৮ |
| কচি মুলার ঘণ্ট | ... | ... | ৩৩৬ |
| কয়েদ বেলের বড়া | ... | ... | ৩৬১ |
| কামরাঙা এবং নোয়াড় সিদ্ধ | ... | ... | ১৬৩ |
| কাঁচা আম ভাতে | ... | ... | ১৬৩ |
| কাঁচা আম পোড়া | ... | ... | ১৬৪ |
| কাঁচকলা ভাতে | ... | ... | ১৬৯ |
| কাঁঠাল বীচি পোড়া | ... | ... | ১৭৪ |
| কাঁঠাল বীচি সিদ্ধ | ... | ... | ১৭৫ |
| কাঁচকলা তর্তু | ... | ... | ১৭৮ |
| কাঁচা ডেলো ভাজা | ... | ... | ১৮৮ |

| | | | |
|--|-----|-----|-----|
| কাঁচকলা ভাজা | ... | ... | ১৮৯ |
| কাঁকড় ভাজা | ... | ... | ১৯৯ |
| কাঁকরোল ভাজা | ... | ... | ২২৬ |
| কাঁচকলার কোণ্ডা | ... | ... | ২৩৯ |
| কাঁচকলার চপ | ... | ... | ২৪৪ |
| কাঁচা কলাইগুটির ফুলুরি | ... | ... | ২৫৫ |
| কাঁচা কলাইগুটির কোণ্ডা | ... | ... | ২৫৬ |
| কাঁচা কলাইগুটির ঘণ্ট | ... | ... | ৩১৩ |
| কাঁচা পেঁপের ঘণ্ট | ... | ... | ৩১৯ |
| কাঁচা মুগের ডালের বড়ি | ... | ... | ৩৬০ |
| কাঁচা আমের বড়া | ... | ... | ৩৬২ |
| কাঁটালবীচি রাধিবাব উপায় | ... | ... | ৩৬৪ |
| কাঁঠোলায় চমকান | ... | ... | ৩৬৭ |
| কুলাঃ লাহুন নিগমৎ পোলাও | ... | ... | ১০৮ |
| কুঁচা পেঁয়াজ ভাজা বা পেঁয়াজ ভ্রূণ | ... | ... | ২৩২ |
| কুঁচা পেঁয়াজ ভাজা (দ্বিতীয় প্রকার) | ... | ... | ২৩৩ |
| কুমড়াএঁতোর ফুলুরি | ... | ... | ২৫৯ |
| কুমড়াএঁতো ভাজা | ... | ... | ২৬৩ |
| কুমড়াশাকের চড়চড়ি | ... | ... | ২৯৬ |
| কুমড়াশাকের ঘাঁটা চড়চড়ি | ... | ... | ২৯৬ |
| কুমড়াশাক দিয়ে মুগের ডালের ঘণ্ট | ... | ... | ৩৩৪ |
| কুমড়াবড়ি | ... | ... | ৩৫২ |
| কুমড়া | ... | ... | ৩৬৩ |
| কোণ্ডা খিচুড়ি | ... | ... | ১৩৬ |
| খই | ... | ... | ৩৬৬ |

| | | | |
|----------------------------|-----|-----|-----|
| খইকের বড়া | ... | ... | ১৯৭ |
| খাবার ঘর | ... | ... | ২১ |
| খাইসিঁধি পোলাও | ... | ... | ১০০ |
| খেজুরের খিচুড়ি | ... | ... | ১৩৪ |
| গরমমশলার গুঁড়া | ... | ... | ৩৬৫ |
| গাদালপাতা ভাজা | ... | ... | ২৫৮ |
| গিমেশাক পোড়া | ... | ... | ১৭০ |
| গিমেশাক তাতে | ... | ... | ১৭০ |
| গিমেশাকের শশশরি | ... | ... | ৩০৫ |
| ঘণ্ট | ... | ... | ৩১২ |
| ঘণ্ট ভোগ | ... | ... | ৩১৪ |
| চড়চড়ি | ... | ... | ২৮৪ |
| চালবাঁটা দিয়া পাটশাক ভাজা | ... | ... | ২০১ |
| চাকা আলু ভাজা | ... | ... | ২২৭ |
| চাপানটের শাক-চড়চড়ি | ... | ... | ২২৪ |
| চাপড়ি ঘণ্ট | ... | ... | ৩৩২ |
| চাপানটেশাকের ঘণ্ট | ... | ... | ৩৪২ |
| চুকাপালম সিদ্ধ | ... | ... | ১৭৩ |
| চুকাপালম পোড়া | ... | ... | ১৭৩ |
| ছানার পোলাও | ... | ... | ৭৪ |
| ছানার কোণ্ডাপোলাও | ... | ... | ৯০ |
| ছানার কুপুপোলাও | ... | ... | ৯৪ |
| ছানার কাটলেট | ... | ... | ২৬৯ |
| ছোলার ডালের ভূনি খিচুড়ি | ... | ... | ১২৪ |
| ছোলার ডালের আলুর চপ | ... | ... | ২১৭ |

| | | |
|---------------------------------|-----|-----|
| ছোট মটর ডালের বড়া | ... | ২৪৬ |
| ছেঁচকী | ... | ২৭১ |
| জল গুঁজিয়ার হিন্দুস্থানী পোলাও | ... | ৭০ |
| জলপাই ভাতে | ... | ১৭২ |
| জাফরানি ভূনি খিচুড়ি | ... | ১২৫ |
| ঝিক্কাভাতে | ... | ১৬১ |
| ঝিক্কাপাত-পোড়া | ... | ১৬১ |
| ঝিক্কার খোসা পাত পোড়া | ... | ১৬২ |
| ঝিক্কার গুকং | ... | ২৮১ |
| ঝিক্কার ঘণ্ট | ... | ৩৩৮ |
| ঝুরিয়া | ... | ২৫৮ |
| টক চড়চড়ি | ... | ২৯৩ |
| ডাল দিয়া বেগুণ ভর্তা | ... | ১৫২ |
| ডাল সেকা | ... | ১৮১ |
| ডুমুর ভাজা | ... | ২২৬ |
| ডুমা আলু ভাজা | ... | ২২৯ |
| ডুমুরের কুঁকিট | ... | ২৪৩ |
| ডুমুর ছেঁচকী | ... | ২৭৯ |
| ডেকোডাঁটা সিদ্ধ | ... | ১৬৫ |
| ডেকোডাঁটার ছেঁচকী | ... | ২৭৫ |
| ডেকোডাঁটার চড়চড়ি | ... | ২৯৯ |
| ট্যাডস সিদ্ধ | ... | ১৬৯ |
| ট্যাডস ভাতে | ... | ১৬৯ |
| তিলে খিচুড়ি | ... | ১২৯ |
| তিলে নারিকেলি বড়া | ... | ২০০ |

| | | |
|---|-----|-----|
| তিল পিটুলি বেগুণ ভাজা | ... | ২১৬ |
| তিল পিটুলি বেগুণ ভাজা (দ্বিতীয় প্রকার) | ... | ২২০ |
| তিল বাটা দিয়া কচুশাকের ঘণ্ট | ... | ৩২৬ |
| তিলের ভাজা বড়ি | ... | ৩৫৬ |
| তেমতি বা বিলাতী বেগুণ ভর্তা | ... | ১৫৪ |
| তেণ্ডা শাকের চড় চড়ি | ... | ৩০১ |
| তেল বা ঘি পাকা | ... | ৩৬৭ |
| থাকারা ভাত | ... | ২২ |
| থোড় ভাজা | ... | ২৩২ |
| থোড় ছেঁচকী | ... | ২৭৯ |
| থোড়ের ঘণ্ট | ... | ৩৩৩ |
| দাসদাসী | ... | ৩ |
| দ্বারকানাথ ফির্গিপোলাও | ... | ১০৮ |
| ছমিয়া পিশপাশ | ... | ৬৫ |
| ছধ দিয়া বেগুণ ভর্তা | ... | ১৫৩ |
| দোমেধা কোপ্তা | ... | ২৩১ |
| ধনে ভাজা ও জীরা ভাজা | ... | ৩৬৫ |
| ধুঁহল পোড়া | ... | ১৮২ |
| নটেশাক সিদ্ধ | ... | ১৫৮ |
| নটে শাক ভর্তা | ... | ১৫৯ |
| নটেশাক ভাজা | ... | ১৯৩ |
| নটেশাকের গোড়ার চড়চড়ি | ... | ৩০৩ |
| নটেশাকের ঘণ্ট | ... | ৩৪২ |
| নটেশাকের ঘণ্ট (দ্বিতীয় প্রকার) | ... | ৩৪৩ |
| নারিকেল দিয়া কচু ও ওলের ভর্তা | ... | ১৮৩ |

| | | |
|---------------------------|-----|-----|
| নারিকেল ভাজা | ... | ১৮৬ |
| নারিকেলের বড়া | ... | ২০০ |
| নালতে ভাজা | ... | ২৭০ |
| নারিকেল দিয়া ঝিঙা ছেঁচকী | ... | ২৭৭ |
| নালতে ছেঁচকী | ... | ২৮১ |
| নিরামিষ পোলাও | ... | ৫১ |
| নিরামিষ খিচুড়ি | ... | ১১১ |
| নিম বেগুণ ছেঁচকী | ... | ২৮৩ |
| নিমে শিমে ছেঁচকী | ... | ২৮৩ |
| নিরামিষ বাটা চড়চড়ি | ... | ৩০৯ |
| নূতন আলু সিদ্ধ | ... | ১৪৪ |
| নোনা ভাত বা আরসচক | ... | ৪৩ |
| নোস্তা ঘি ভাত | ... | ৫৮ |
| পটোল পোড়া | ... | ১৭৯ |
| পটোলের ফরেটা | ... | ১৯১ |
| পটোল বিচির নোনা মালোয়া | ... | ১৯৪ |
| পটোলের বিচি ভাজা | ... | ১৯৫ |
| পটোল ভাজা | ... | ১৯৬ |
| পটোলপুরণ ভাজা | ... | ২১৯ |
| পলতা বেগুণ ভাজা | ... | ২২৪ |
| পলতার ফুলুড়ি বাবড়া | ... | ২২৫ |
| পলতার সঁকা বড়া | ... | ২২৬ |
| পটোল ও কুমড়ার ছেঁচকী | ... | ২৭২ |
| পলতা চড়চড়ি | ... | ৩০২ |
| পটোলের ঘণ্ট | ... | ৩৪৬ |

| | | |
|---------------------------------|-----|-----|
| পটোলের শাদা ঘণ্ট | ... | ৩৪৭ |
| পটোলের দয়ে ঘণ্ট | ... | ৩৪৮ |
| পরিভাষা | ... | ৩৬৯ |
| পাচক | ... | ৪ |
| পাস্তভাত | ... | ৪৫ |
| পাস্তভাত (দ্বিতীয় প্রকার) | ... | ৪৬ |
| পাণি পোলাও | ... | ৬৯ |
| পাকা আম ভাতে | ... | ১৬৪ |
| পাকা আম পোড়া | ... | ১৬৪ |
| পাকা উচ্ছে পোড়া | ... | ১৬৯ |
| পাকা চালতা ভাতে | ... | ১৭১ |
| পাকা ডেলো ভাজা | ... | ১৮৮ |
| পাকা কাঁটালের ভুতিভাজা | ... | ২৩৮ |
| পাটশাকের শশশরি | ... | ২৪৯ |
| পাকা মূলা ছেঁচকী | ... | ২৮৩ |
| পালম শাকের চড়চড়ি | ... | ৩০৪ |
| পালম শাকের ঘণ্ট | ... | ৩৪৫ |
| পাকা দিশি আমড়ার বড়া | ... | ৩৬২ |
| পাঁচ ফোড়ন ও তিন ফোড়ন | ... | ৩৬৪ |
| পুঁইপাতা ভাজা (দ্বিতীয় প্রকার) | ... | ২০৯ |
| পুনকো শাকের শশশরি | ... | ২৬৫ |
| পুঁইশাকের চড়চড়ি | ... | ৩০৭ |
| পুঁইশাকের বাঁটা চড়চড়ি | ... | ৩০৮ |
| পেঁয়াজ পোড়া | ... | ১৭৭ |
| পেঁয়াজের দোআ ভাজি | ... | ২৩৪ |

| | | |
|---------------------------------|-----|-----|
| পেঁপের ফুলুরি | ... | ২৬০ |
| পেঁয়াজকলি ভাজা | ... | ২৬৭ |
| পেঁয়াজকলির চড়চড়ি | ... | ২৮২ |
| পোড়ের ভাত | ... | ৪৪ |
| পোস্ত ভাতে | ... | ১৫৭ |
| পোস্তদানার আমবোল | ... | ২৫০ |
| পোস্ত চড়চড়ি | ... | ২২০ |
| পোস্তদানার বড়ি | ... | ৩৫৭ |
| কিরিকী বেগুণ ভাজা | ... | ২১২ |
| ফুলকপি সিদ্ধ | ... | ১৬০ |
| ফুল ভাজা | ... | ২৫৫ |
| ফুলকপির চড়চড়ি | ... | ২৮৭ |
| ফুলকপির ঘণ্ট | ... | ৫১৭ |
| ফুলকপির ঘণ্ট (দ্বিতীয় প্রকার) | ... | ৩১৮ |
| ফুল বা টোপাবড়ি | ... | ৩৫৫ |
| ফেনসা ভাত | ... | ৪৮ |
| ফেনসা খিচুড়ি | ... | ১১৩ |
| ফেনসা খিচুড়ি (দ্বিতীয় প্রকার) | ... | ৩১৪ |
| বড়া চড়চড়ি | ... | ২২২ |
| বরবটীর চড়চড়ি | ... | ৩০৮ |
| বড়ি | ... | ৩৫০ |
| বড়ি ভাজা | ... | ১৮৭ |
| বাসন্তী পোলাও | ... | ৭৭ |
| বাকলা পোলাও | ... | ১২২ |
| বাধকপি ভাতে | ... | ১৫২ |

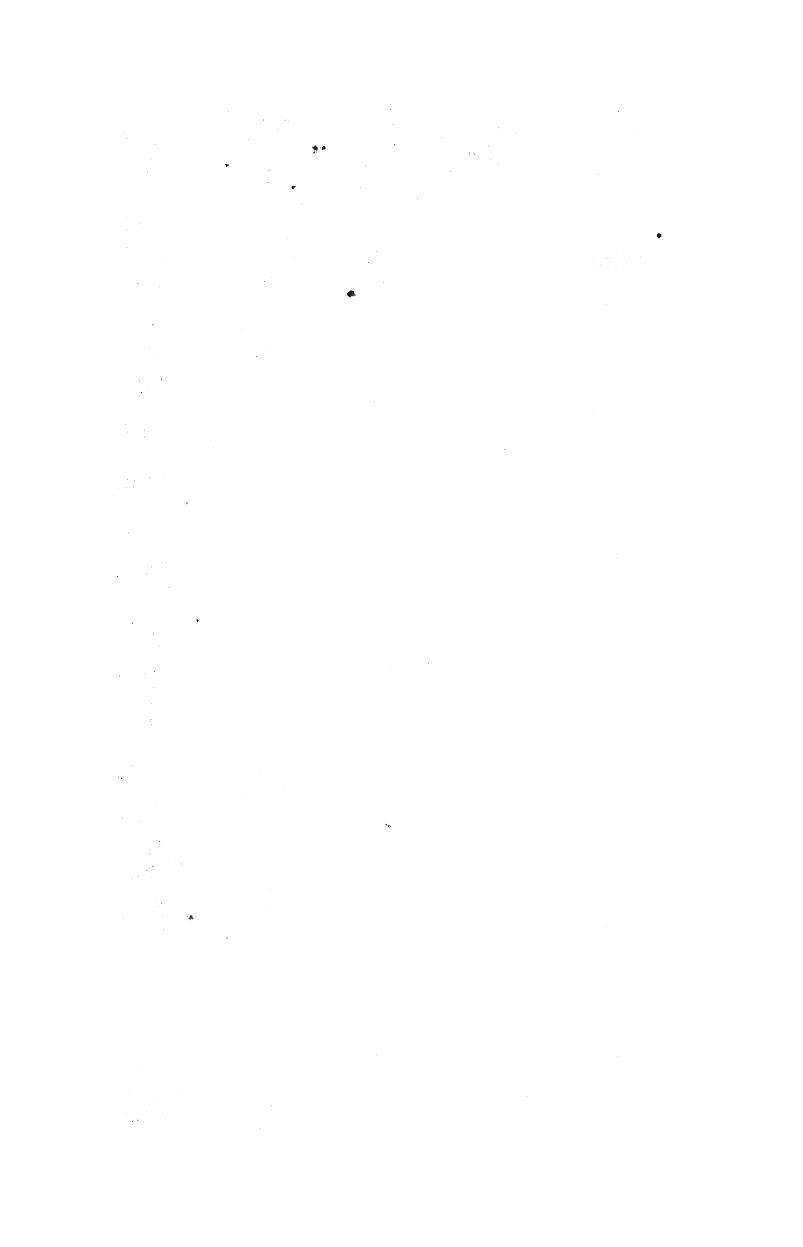
| | | |
|-----------------------------------|-----|-----|
| বাশের কোঁড়ের ছেঁচকী | ... | ২৮০ |
| বাধাকপির ছেঁচকী | ... | ২৮১ |
| বাধাকপির চড়চড়ি | ... | ২৮৮ |
| বাধাকপির ঘণ্ট (দ্বিতীয় প্রকার) | ... | ৩১৬ |
| বিচেবড়ি সেকা | ... | ১৮১ |
| বিলাতীকুমড়ার ছেঁচকী | ... | ২৭২ |
| বিচেবড়ি | ... | ৩৫৪ |
| বিটপালমের বড়ি | ... | ৩৫৮ |
| বিবিধ | ... | ৩৬৩ |
| বেগুণ পোড়া | ... | ১৪২ |
| বেগুণ ভর্তা | ... | ১৫০ |
| বেগুণ ভর্তা (দ্বিতীয় প্রকার) | ... | ১৫১ |
| বেগুণ সিদ্ধ | ... | ১৫৩ |
| বেশন দিয়া নটেশাক ভাজি | ... | ২০৮ |
| বেগুণ ভাজা | ... | ২১০ |
| বেগুণী আলু ভাজা | ... | ২১৩ |
| বেগুণের চপ | ... | ২১৪ |
| বেশন দিয়া ফুলকপি ভাজা | ... | ২৫৪ |
| বেশন দিয়া লালকুমড়া ভাজা | ... | ২৫৫ |
| বেশনের ফুলরি | ... | ২৬৩ |
| বেশন দিয়া বেতোশাক ভাজা | ... | ২৬৭ |
| ভর্তাপুরী | ... | ২৬১ |
| ভাঁড়ার ঘর | ... | ১৯ |
| ভাত | ... | ৩১ |
| ভাত সাফ করিবার বিশেষ উপায় | ... | ৪৩ |

| | | |
|------------------------------|-----|-----|
| ভাত-মাখা | ... | ৪৫ |
| ভাতের মণ্ড | ... | ৪৭ |
| ভাতেভাত | ... | ১৪০ |
| ভাজাভুজি | ... | ১৮৪ |
| ভাতের কোপ্তা | ... | ২০৫ |
| ভাজা চড়চড়ি | ... | ৩০০ |
| ভুরুরা আলু | ... | ১৭৪ |
| মসুরডালের গিলা খিচুড়ি | ... | ১১৬ |
| মসুরডালের মালাই ভুনি খিচুড়ি | ... | ১৮২ |
| মসুরডাল ভাতে | ... | ১৫৫ |
| মসুরডাল পোড়া | ... | ১৫৬ |
| মটরডাল পোড়া | ... | ১৫৭ |
| মটরডালের আমঘোল | ... | ২৫১ |
| মজার মিলন | ... | ২৬৪ |
| মটরডালের বড়ি | ... | ৩৫৭ |
| মসুরডালের বড়ি | ... | ৩৫৭ |
| মশলাদার কুমড়াবড়ি | ... | ৩৫২ |
| ময়দা ভাজা | ... | ৩৬৫ |
| মাদ্রাজী ফেনসা ভাত | ... | ৪২ |
| মালাই ফেনসা ভাত | ... | ৫০ |
| মাখম ভাত | ... | ৫৮ |
| মালাই পিশপাশ | ... | ৬৩ |
| মালাই ঝড়া খিচুড়ি | ... | ১১২ |
| মালাই ভুনি খিচুড়ি | ... | ১২৭ |
| মানকচু ভাতে | ... | ১৭৬ |

| | | |
|------------------------------------|-----|-----|
| মিষ্টি ঘিভাত | ... | ৬০. |
| মিঠা চাউল | ... | ৬২ |
| মিঠা জর্দা | ... | ৬৫ |
| মিছা বড়া | ... | ২৩৬ |
| মিছা বড়া (দ্বিতীয় প্রকার) | ... | ২৩৬ |
| মুলা সিদ্ধ | ... | ১৬৬ |
| মুগের বেগুনি | ... | ২২১ |
| মুগের কাঁপড়া | ... | ২২৪ |
| মুলাশাকের ছেঁচকী | ... | ২৭৩ |
| মুগের ডালের কাঁপা খিচুড়ি | ... | ১১৭ |
| মুলাশাকের ছেঁচকী (দ্বিতীয় প্রকার) | ... | ২৭৪ |
| মুলার বড়ি | ... | ৩৫৫ |
| মোটা চালের ভাত | ... | ৪২ |
| মোহন পোলাও | ... | ৩৬ |
| মোচা ভাতে | ... | ১৫৫ |
| মোচা দিয়া আলুর চপ | ... | ২০২ |
| মোচার কোপ্তা | ... | ২০৪ |
| মোচার আমমোল | ... | ২৫৩ |
| মোচা ছেঁচকী | ... | ২৮১ |
| মোচার ঘণ্ট | ... | ৩২৯ |
| মোচার বড়া ঘণ্ট | ... | ৩৭০ |
| রন্ধনের উপকারিতা | ... | ১ |
| রন্ধন গৃহের সরঞ্জাম | ... | ৭ |
| রাশ্মাঘর | ... | ৬ |
| রাশ্মমোহন দোআ পোলাও | ... | ৮৪ |

| | | |
|--------------------------------------|-----|-----|
| রাঙালু সিদ্ধ | ... | ১৪৮ |
| রাঙালু পোড়া | ... | ১৪৯ |
| রাঙালু ভাজা | ... | ১৮৮ |
| রাঙাআলুর বড়ি | ... | ৩৫৮ |
| রেউড়ি বড়ি | ... | ৩৫৬ |
| লাউ ও কুমড়াশাক ভাতে | ... | ১৬৬ |
| লাউখোলা ভাজা | ... | ২০১ |
| লাউ কুমড়ার ফুলুরি | ... | ২৫৬ |
| লাউএর ক্ষার ছেঁচকী | ... | ২৭৪ |
| লাউএর ছেঁচকী | ... | ২৭৮ |
| লাউশাকের চড়চড়ি | ... | ২২৫ |
| লাউ ঘণ্ট | ... | ৩২২ |
| লাউ ঘণ্ট (দ্বিতীয় প্রকার) | ... | ৩২৩ |
| লালকুমড়ার ঘণ্ট | ... | ৩৪০ |
| লালশাকের ঘণ্ট | ... | ৩৪১ |
| শসার পাতা পাত-পোড়া | ... | ১৮২ |
| শকেদি পটোল ভাজা | ... | ১৯৬ |
| শকেদার কথা | ... | ২৪৭ |
| শাক উচ্ছে ভাজা | ... | ১৯৪ |
| শাকেড়া | ... | ২৩৯ |
| শাদা শিমে বাধাকপির ঘণ্ট | ... | ৩১৫ |
| শাদা কুমড়ার ঘণ্ট | ... | ৩৩৯ |
| শিম ও বরবটী ভাতে | ... | ১৮২ |
| শীতকালে মুলার ঘণ্ট (দ্বিতীয় প্রকার) | ... | ৩৩৯ |
| সর মালাই পোলাও | ... | ৮১ |

| | | |
|---------------------------|-----|-----|
| সজিনা ডাঁটা সিদ্ধ | ... | ২৬৫ |
| সজিনা শাকের তেলশাক | ... | ২৪৯ |
| সজিনা ফুলের ছেঁচকী | ... | ২৭৬ |
| সজিনা ডাঁটা চড়চড়ি | ... | ২৯১ |
| সজিনা শাক শশশরি | ... | ২৯২ |
| সাঁতলান আমানি | ... | ৪৭ |
| মাগুর খিচুড়ি | ... | ১৩৩ |
| সিমাই আলু ভাজি | ... | ২২৮ |
| সিদ্ধ আস্ত পেরোজ ভাজা | ... | ২৩৪ |
| হরফি আলু ভাজা | ... | ২২৬ |
| হাতা পোড়া | ... | ৩৬৭ |
| হিন্দুস্থানী কোপ্তা পোলাও | ... | ১০২ |
| হিংশেশাক ভর্তা | ... | ১৮০ |
| হিংশেশাকের চড়চড়ি | ... | ৩০৬ |
| হিংশেশাকের ঘণ্ট | ... | ৩৪৫ |
| ছপো বা চিচিঙ্গা ভাজা | ... | ২১০ |
| ক্ষারিণি ভাত | ... | ৯৭ |



আমিষ ও নিরামিষ আহাৰ ।

প্রথম অধ্যায় ।

সাধাৰণ কথা ।

ৰন্ধনের উপকাৰিতা ।

সাধাৰণতঃ সকলেই উপাদেয় আহাৰ চায়। উপাদেয় আহাৰ চাই বলিলেই তো তাহা সহজে মিলে না। অনেক কষ্টে তবে ভাল খাবাৰ প্ৰস্তুত হয়। আমাদেৱ দেশেৰ অনেকে প্ৰচুৰ অৰ্থ ব্যয় কৰিয়াও সকল সময়ে ভাল খাবাৰটো পান না। তাঁহাৰা অনেক প্ৰকাৰ ভাল ভাল উপকৰণ দ্ৰব্য আনাহিতে থাকেন, রাঁধা হইবে বলিয়া। কিন্তু তবু এত খৰচ কৰিলেও, সকল সময়ে খাবাৰেৰ ভাল আশ্বাদটো হয় না। কেন, তাহাৰ কি কাৰণ নাই? আছে।

আজ কালকাৰ অবস্থা ঠিক কৰিয়া দেখিতে গেলে স্পষ্ট দেখিতে পাওয়া যায় যে আমাদেৱ পৰিবাৰেৰ মহিলাদেৱ হস্ত হইতে রাঁধিবাৰ ভাৱটো এক ৰকম উঠিয়া গিয়াছে। তাঁহাৰা ৰন্ধনকাৰ্য্য হইতে এক ৰকম বিদায় লইয়াছেন। তবে হু এক-বাৰ যদি রাঁধিতে সখ্ হইল তো রাঁধিলেন। কাজেই আহাৰাদিৰ ভাৱ রাঁধুনি বামুন এবং দাস দাসীদেৱ উপৰেই এক ৰকম গিয়া পড়িয়াছে। এই জনাই আমিৰা ভাল আহাৰ পাই না।

পরিবারের মহিলারা যত্ন পূর্বক রাঁধিলে যেমন পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন অথচ সুস্বাদু খাবারটি পাওয়া যাইবে, বেতন-ভোগী সামান্য পাচকের হস্তে সেরূপ আশা করা বিড়ম্বনা মাত্র। তাহারা বেতন লইতেছে আর কাজ করিতেছে। তাহাদের মূলগত চেষ্টা, কিসে যেমন তেমন করিয়া চটপট কাজটি সারিয়া যাইতে পারে। ভাল মন্দ তাহাদের ভাবিবার অবকাশ থাকে না। ভাতে চুল, ডালে কয়লার গুঁড়া ; চড়চড়ীতে না ছুন, না ঝাল, না তেল, তাহা এক রকম ছেঁচকীপোড়া করিয়া যেমন তেমন রাঁধিয়া দিয়া যাইতে পারিলেই হইল। এই রকম রান্না থাইলে মুখের রুচিও হয় না শরীরও অসুস্থ হয়। কিন্তু গৃহের মহিলারা স্বহস্তে রাঁধিলে যেমন পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন জিনিষটি হয়, তেমনি রুচিকরও হয়। আর অপেক্ষাকৃত অল্প ব্যয়েও হইয়া থাকে। তবে কেতন দিয়া পাচক রাঁধিলেই কি মন্দ রান্না হইতেই হইবে ? তাহার কোন অর্থ নাই। প্রয়োজন মত পাচক না রাঁধিলেও সকল সময়ে চলে না। কিন্তু গৃহকর্ত্রীর রন্ধন বিষয়ে অভিজ্ঞতা থাকা চাই, বাহাতে রন্ধন বিষয়ক ক্ষুদ্রবৃহৎ প্রত্যেক অংশটি তাহার চক্ষু এড়াইয়া যাইতে না পারে। গৃহ কার্যের প্রত্যেকটি গৃহকর্ত্রী তন্ন তন্ন করিয়া তত্ত্বাবধারণ করিতে হইবে। তাহা হইলেই সুফলের আশা করা যাইতে পারে। অনেকে ভাবেন রন্ধন ব্যাপার কোন কন্ঠেরই নয়। রাঁধিতে গেলে শুদ্ধ মাত্র শারীরিক পরিশ্রমে শরীর সবল থাকে তাহা নয়, রীতিমত শিক্ষাও হয়। ভাবিয়া দেখ এক এক বড় বড় হাঁড়ি তোলা কি সহজ ব্যাপার। ইহাতে বাস্তবিক অনেক বলের আবশ্যক। এবং নিজে রাঁধিয়া সকলকে পরিতৃপ্ত করিতে পারিলে দেহ, মন, আত্মা কতনা পবিত্র ও

প্রশস্ত হয়। নিজের যত্নে ও পরিশ্রমে পরকে সুখী করিতে পারিলে মন কত আনন্দে পরিপূর্ণ হয়। এই কারণে আমরা রন্ধন কার্য্যকে ধর্ম্মের সহায় বলিয়া মনে করি।

দাস দাসী ।

দাসদাসী রাখিবার পূর্বে দেখিয়া শুনিয়া রাখা উচিত ; কারণ পরিবারস্থ সকলকেই দিন রাত তাহাদিগকে লইয়া কৰ্ম্ম চালাইতে হয়। ভৃত্যেরাও গৃহস্থের সংসার-সভার সভ্য বলিয়া পরিগণিত হইয়া থাকে। সেই জন্য ভৃত্য নিযুক্ত করিবার সময় বিশেষ সাবধান হইতে হইবে। দাস দাসীর মধ্যে অনেকেরই প্রায় নানারকম সংক্রামক রোগ থাকে। সেইটীর দিকে বিশেষ দৃষ্টি রাখিতে হইবে। ভৃত্যদের স্বভাবের দিকেও দৃষ্টি রাখা বিশেষ কর্তব্য। রান্নাঘরের পাচক এবং দাস দাসীদের চরিত্র ও স্বাস্থ্যের প্রতি অত্যন্ত দৃষ্টি রাখা কর্তব্য।

যাহাদিগের ছোট সংসার তাহাদের হ্রএক জন ভৃত্যের দ্বারা কাজ চলিয়া যাইতে পারে। বড় সংসার হইলে অনেকগুলি দাস দাসী রাখা আবশ্যক হইয়া পড়ে। এরূপ স্থলে ভৃত্যাদিগের প্রত্যেকের জন্য স্বতন্ত্র স্বতন্ত্র কার্য্যের ভাগ করিয়া দেওয়া কর্তব্য। তাহা না হইলে সমস্ত কাজ গোলেমালে চলিবে। হরি রামের নামে দোষ দিবে, রাম হরির নামে দোষ দিবে। ইহাতে সকলি শেষে বিশৃঙ্খল হইয়া দাঁড়ায়। যেটা বিশেষ ঐয়োজনীয় সামগ্রী সেটা সময় মত পাইবার উপায় থাকে না। কোন্ দ্রব্য কোথায় রহিয়াছে তাহার ঠিক থাকে না। প্রকৃত পক্ষে শৃঙ্খলাই গৃহকর্ম্মের সর্ব্বপ্রধান আবশ্যক।

রন্ধন কার্য্য এবং আহারের সংশ্ৰবে যখন ভূত্যেরা আসিবে তখন যেন তাহারা দূষিত মলিন বসন আদৌ পরিধান করিতে না পারে, গৃহস্থামীর এবিষয়ে বিশেষ সতর্ক হওয়া কর্তব্য। এ বিষয়ে হিন্দুবিধবাদিগের অনুকরণ করা সকলের সর্ব্বতোভাবে কর্তব্য। হিন্দুবিধবারা শুদ্ধাচারের জন্য লোক-প্রসিদ্ধ। হিন্দু বিধবাদিগকে অন্ন রাঁধিবার সময় দেখিয়াছি যে তাঁহারা স্নানান্তে স্বতন্ত্র শুদ্ধ বসন পরিধান করিয়া অন্ন রাঁধিতে প্রবৃত্ত হইয়েন। দূষিত অথবা মলিন বসনে আহার পরিবেশন অথবা পাক কার্য্যে প্রবৃত্ত হওয়া নিতান্ত ঘৃণার কথা, শুদ্ধ ঘৃণার কথা নয়, তাহা ভোক্তার স্বাস্থ্যেরও হানি করে।

দাস দাসীরা অনেক সময়ে অবহেলায় ও অযত্নে সমস্ত কার্য্য সারিতে গিয়া অশুচিভাবে প্রেত দেয়, হয় তো জলপাত্র প্রভৃতির ভিতরে অঙ্গুলি ডুবাইয়া জল কি দুধ খাইতে দিল। হয় তো বা হাতে করিয়াই ছোটো পান আনিয়া দিল। কিন্তু ইহার পরিবর্তে যদি একটা পানের বাটা, কি ডিবা, কি একখানা রেকাবি করিয়া পান আনিয়া দেয় তাহা হইলে কেমন শুচিতা রক্ষা হয়। ভূত্যের হস্তে ধূত না হইয়া যদি একটা পাত্রের উপরে সেই জল পাত্র রক্ষিত হয়, তাহা হইলে কেমন সহজেই জলপানে প্রবৃত্তি হয়। গৃহস্থামী এবং গৃহকর্ত্তারই শাসনে এ সকল বিষয়ে ভূত্যেরা সুশিক্ষিত হয় ও হওয়া কর্তব্য। অপরিচ্ছন্নতাই অধিকাংশ রোগের বীজ আনয়ন করে।

পাচক।

ডাল ভাত প্রভৃতি দেশীয় অন্ন প্রস্তুত করিবার জন্য আমরা

সচরাচর ব্রাহ্মণ পাচক রাখিয়া থাকি। আর মাংসের রোষ্ট, চপ, কারী, প্রভৃতি বিদেশী রান্নার জন্ত নিম্নশ্রেণীর হিন্দু, মগ, অথবা ফিরিঙ্গী প্রভৃতি জাতীয় পাচক রাখিতে হয়। উপযুক্ত রূপে শিখাইলে ইহারা দেশী রান্নাও রাঁধিতে পারে। এবং রাঁধুনি বামুন-দিগকে উপযুক্ত রূপে শিখাইলে তাহারাও বিদেশী খাবার রাঁধিতে যে না পারে এমন নয়। আজ কাল হু এক জন রাঁধুনি বামুন কাজ চালাইবার মত হুই এক রকম সাদাসিদা ইংরাজী খাবার রাঁধিতে শিখিয়াছে। এমন অনেক ব্রাহ্মণ পাচক আছে যাহারা দেখিয়াছি গৰ্ব্ব করে যে তাহারা রোষ্ট চপ প্রভৃতি বিদেশী রান্না অধিকাংশই জানে কিন্তু বস্ত্ততঃ তাহারা কিছুই জানে না। তাহারা ভাবে, রোষ্ট, চপ, কি কারী রাঁধিতে হইলেই বুঝি যত বেশী বেশী গরমমশলা ঝালমশলা প্রয়োগ করা আবশ্যক। কিন্তু ইহা তাহাদের নিত্যন্ত ভ্রম। সাদাসিদা অল্প মশলাতেই এ সকল রান্না ভাল হয়। কি আমিষ কি নিরামিষ সকল আহাৰ্য্য দ্রব্যই প্রস্তুত করিবার কালে ভাল পাচকেরা মশলার উপর ততটা নির্ভর করে না যতটা আপনার “আক্কেলের” উপর নির্ভর করে। গৃহকর্মে ভূতাদিগের যেমন পরিচ্ছন্নতা গুণ থাকা আবশ্যক সেইরূপ পাচকদিগেরও ইহা অত্যন্ত প্রয়োজনীয়। পাচকদিগের অসাবধানতা দোষে অনেক সময় অনেক যন্ত্রণা ভোগ করিতে হয়। পাচকের অসাবধানতায় এমন কত সময় হইয়াছে যে, ভাতের ভিতরে মক্ষিকা কি পতঙ্গ সিদ্ধ হইয়া রহিয়াছে, ডালে এক চুল পড়িয়া আছে।

সচরাচর ব্রাহ্মণ পাচকেরা দেখিয়াছি, রাঁধিবার সময় তাহাদের পরিস্ফীত কাপড়ের উপরে একটা গাম্ছা জড়াইয়া থাকে।

এই প্রথা মন্দ নয়। ইহাতে উভয় পক্ষেই সুবিধা। এক হরিদ্রাদিতে কাপড় ময়লা হয় না। দ্বিতীয়তঃ আশুগে কাপড় উড়িয়া পড়িবারও সম্ভাবনা অল্প। আমাদের দেশের স্ত্রীলোকরা যে রকম আলুগা রকমে কাপড় পরিয়া থাকে, তাহাতে অনেক সময় ফেন গড়াইতে, কি কড়া ইত্যাদি ধরিতে গিয়া আঁচলটা আশুগে পড়িয়া পুড়িয়া যাওয়া সম্ভব। রাঁধিবার সময় পরিহিত বস্ত্রাদি সশব্দে বিশেষ সতর্ক হওয়া উচিত। কেহ কেহ আঁচলটা কোমরে বাঁধিয়া রাঁধিতে যান। ইহাতে কতকটা নিরাপদ হয় বটে।

আমাদের বামুনেরা যেমন কাপড়ের উপর একটা গাম্‌ছা জড়ায় যুরোপীয়েরাও সেইরূপ একটা আচ্ছাদন জড়ায়। তাহাকে ইংরাজীতে এপ্রন বলে।

রান্নাঘর।

আহার্য্য অপরিষ্কার দেখিলে মানুষের স্বভাবতই খাইতে কুচি হয় না। আহার্য্য অপরিষ্কার হইবার এক প্রধান কারণ, রন্ধনগৃহ অপরিষ্কার থাকা। রন্ধন গৃহের পরিচ্ছন্নতা বিষয়ে আমরা তত দৃষ্টি রাখি না। আমাদের রান্নাঘরের পাশ্বেই যত পচা জিনিষ জমা হইয়া থাকে। তাহার দূর্গন্ধে অনেক সময়ে সেখানে তিষ্ঠান কঠিন হয়। কমলার গুঁড়া, ছাই, তরকারীর খোদা, মাছের আঁশ, সব একত্র হইয়া রান্নাঘরের পাশ্বেই পচিতেছে। তাহাতে মাছি রোগানি সর্পনা ভ্যান্ ভ্যান্ করিতেছে, এবং সেই মাছিই আবার উড়িয়া আদিয়া খাবারে বসিতেছে। অনেক সময়ে ছাই প্রভৃতি বাতাসে উড়িয়া আদিয়া থাকে। অতএব রান্নাঘরের নিকটে আবর্জনা রাশি সংগ্রহ করিয়া রাখা কোন মতেই কর্তব্য নহে। রান্নাঘরের

স্তিতর বাহির উভয় দিকেই পরিষ্কার রাখা আবশ্যিক। নর্দমা দিয়া যেন ভাতের ফেন জল প্রভৃতি ভাল করিয়া বাহির হইতে পায় দেখিতে হইবে। প্রত্যহ ঘর ঝাঁটাইয়া জঞ্জাল পরিষ্কার করাইতে হইবে। রান্নাঘরটা এমনি ভাবে তৈয়ারি করান চাহি যেন ঘরে বাতাস বেশ বেলিতে পারে। ধোঁয়া বাহির হইবার জন্ত দেয়ালের উপরদিকে আট দশটা ধূমপথ গবাক্ষ রাখিতে হইবে। ধোঁয়া উপর দিক দিয়া চলিয়া যায়। সেই জন্য এই ধোঁয়ায় রান্নাঘরের দরজা ও কড়িতে কাল কাল ঝুল হয়। অনেক সময় ঐ ঝুল ভাত, তরকারীতে পড়িয়া রান্না দ্রব্য নষ্ট করিয়া ফেলে। এক মাস অন্তর রান্নাঘর ঝুলঝাড়া (দীর্ঘ বাশের মাথায় কতকগুলো খড় বাঁধিয়া ঝুলঝাড়া করিতে হয়) দিয়া ঝাড়া উচিত।

প্রতিদিন সকালে রান্না চড়াইবার আগে চুলার মাথা এবং চুলার পার্শ্বের খানিকটা স্থান পর্যন্ত গোবর জল ও মাটি দিয়া নিকাইতে হইবে। সমস্ত ঘরটা ঝাঁটা দ্বারা ঝাঁটি দিয়া গোবর জল আছড়া দিয়া পরিষ্কার করিলে ভাল। গোম-য়ের উপকারিতা অনেক। আজকাল হাঁসপাতাল ইত্যাদিতে গোময় ব্যবহৃত হয়। অতি প্রাচীনকাল হইতেই হিন্দুদিগের নিকট গৃহশুদ্ধি এবং অন্যান্য অনেক কার্যের জন্ত গোময় আদৃত হইয়া আসিয়াছে। রন্ধনকার্য শেষ হইয়া গেলে প্রত্যহ সমস্ত ঘরটা জল দিয়া ধুইয়া ফেলিতে হইবে। সকালে যে ঘর নিকাইতে হয় তাহাকে বাসিঘর নিকান বলে।

রন্ধন গৃহের সরঞ্জাম।

রান্নাঘরের পূর্বদিকে কিম্বা পশ্চিমদিকে চুলা বানাইলে সুবিধা

হয়। “চুল্লীতত্র প্রকর্তব্য পূৰ্ণপশ্চিমআহাৰত।” দক্ষিণদিকটা ধোলা থাকিলে গ্ৰীষ্মের সময় বেশ বাতাস পাওয়া যায়। আর শীতে রোজটাও পাওয়া যায়। রন্ধনের হাঁড়ি প্রভৃতি রাখিবার জন্য কাঠের তাক তৈয়ারি করিয়া লইতে হইবে। অথবা দেয়ালে কুলঙ্গি থাকিলেও চলে। দড়ির সিকা কড়িতে টানাইয়াও হাঁড়ি রাখিতে পারা যায়। রাধিবার জলের জন্য রান্নাঘরের একপাশে জালা রাখা হয়। চৌবাচ্ছা গাঁথিয়া লইলেও জল রাধিবার বেশ সুবিধা হয়। প্রতিদিন সকালে জালার ভিতরে খড় দিয়া রগড়াইয়া ধুইতে হইবে। আর চৌবাচ্ছা ঝাঁটা দিয়া কিম্বা নারিকেল ছোবড়া দিয়া রগড়াইয়া ধুইতে হইবে। কিন্তু সে ঝাঁটা দিয়া ঘর ঝাঁট দিলে হইবে না। ইহার জন্য স্বতন্ত্র ঝাঁটা রাখিতে হইবে। বাসি জলে প্রায় পোকা হয়। সেই জল পাককার্যে ব্যবহার করিলে মনুষ্য শরীরে নানারূপ পীড়া হইতে পারে। এই জালার তলায় যে খড়ের বিড়া থাকে একবার সেদিকেও যেন দৃষ্টি রাখা হয়। যখন এই জালা ধুইবে সেই সময়ে বিড়াটাও একবার ঝাড়িয়া লইতে হইবে। এই জালার বিড়া মাসে এক একটা করিয়া বদলাইলে ভাল। কারণ জল পাইয়া পাইয়া বিড়া পচিয়া যায়। তাহাতে জালা পড়িয়া ভাঙ্গি বাইতে পারে। একধারে দেয়ালের কাছে একটি জলচৌকী, কি ছোট পায়্যা বিশিষ্ট তক্তা, কি শেল্ফ রাখিয়া তাহার উপরে সমস্ত পিত্তল কাঁশার বাসন, পাথরের বাসন, কড়া, হাতা খুস্তি ইত্যাদি যাহা কিছু রান্নাঘরের প্রয়োজনীয় দ্রব্য, সেই সব পরিষ্কার ঝক্-ঝকে করিয়া মাজিয়া গুছাইয়া রাখিবে।

রান্নাঘরে এই জিনিষগুলির সদা সর্বদা প্রয়োজন হয়। ঝাঁটা,

ধার্মা, চুপড়ি, শিল ও নোড়া, বট্টি, ছুরি, রাধিবাবর হাড়ি, তুন্দুর, চালুনি, ছাকনি, পাখা, বিড়া, হাতা, বেড়ী, বৃত্তি, লৌহ চিম্টা, ডালঘুটুনি, ঝাঁঝুরি, তাওয়া, কড়া, পিঁড়া, জুন রাধিবাবর পাত্র (নারিকেলের মালাও চলে), তেলের বাটী, ঝাল মশলার থালা, কাঠ কাটিবার জন্য কুড়াল ও দা, লেতা, হাত ও বাসন মুছিবাবর জন্য গাম্ছা কি ঝাড়ন, উনান খোঁচাইয়া ছাই ফেলিবাবর জন্য লোহার শিক কি ভাঙ্গা বেড়ী।

পল্লীগ্রামে নারিকেল গাছ প্রচুর। তাদ্রমাসে সেই নারিকেল গাছ ঝাড়িয়া পাতা কাটিয়া ফেলা হয়। সেই পাতা হইতে ঝাঁটার কাঠি কাটিয়া লওয়া হয়। আর পাতা ও বাথরা গুলা উনানে পুড়াইবার জন্ত রাখিয়া দেওয়া হয়। বট্টিতে পাতা চাঁচিয়া কাঠি বাহির করে। সেই কাঠিগুলি একত্র করিয়া তাহার গোড়ার মধ্যভাগে একটা মোটা কাঠের গুঁজি দিতে হয়। তার পরে ঝাঁটার গোড়া খুব শক্ত করিয়া দড়ি দিয়া বাধিয়া ঝাঁটা করিতে হয়। ঝাঁটার আগার সব দিক্‌টা খানিকটা কাটিয়া ফেলিতে হয়। তা না হইলে ভাল ঝাঁট্ দেওয়া যায় না। এই ঝাঁটা ঝাঁট্ দিয়া দিয়া যখন ইহার আগাটা ক্রমে ক্ষয় হইয়া আসে তাহাকে “মুড়া খ্যাংড়া” বলে। মুড়া খ্যাংড়া দিয়া শেওলা কি কাদা রগড়াইয়া ধুইতে বেশ সুবিধা হয়। ঘরের কি উঠানের শেওলা ইত্যাদি উঠাইবার জন্ত নারিকেল ছোবড়া আর মাটির খোলাও ব্যবহার করিতে হয়। ঝাঁটার আগা অনেকখানি কাটিয়াও মুড়া ঝাঁটা করা হয়। উলুর কাঠির (বাহাকে খড়িকাকাঠি বলা যায়) ছোট কি বড় ঝাঁটাকে বারণ বা কোস্তা বলে।

আমাদের মশলা পিষিবাবর জন্য শিল নোড়ার প্রয়োজন হয়।

আর মশলা কি অল্প কিছু শুঁড়াইবার আবশ্যক হইলে শিলের জল মুছিয়া শুকন করিয়া তবে শুঁড়াইতে হয়। হামালদিভাত্তে ও মশলাদি কুটিয়া লওয়া যায়। বৎসরে একবার করিয়া শিল নোড়া খোদাই করিলেই যথেষ্ট হয়। খোদাই করিলে মশলা ভালরূপে পিষা যায়।

সচরাচর প্রায় দেখা যায় রান্নাঘরের বঁটি ছুরি বড় অপরিষ্কার হইয়া থাকে; অনেক সময়ে তাহা ভোঁতা হইয়া পড়ে, তাহাতে ধার থাকে না। একরূপ হইলে তরকারী, মাছ ভাল রকম বানান যায় না; বঁটি, ছুরির ধার কম হইয়া আসিলে শাণ দিয়া লইতে হইবে। আর মাছ বানাইবার আগে নোড়া দিয়া বঁটির ছ পিঠ ঘষিয়া শাণ দিয়া লওয়া উচিত। ছুরি বালিতে শাণ দিতে হয়। কুরুণিবটি নারিকেল আদি কুরিবার জন্ত ব্যবহার হইয়া থাকে।

আমাদের অবিকাংশ দেশী রান্না এবং অনেক বিদেশী রান্নাও মাটির পাত্রে হইয়া থাকে। মাটির জিনিষে রাখিলে উপকার হউক আর না হউক কোন অপকার যে হয় না, এ বিষয়ে সন্দেহ নাই। তবে তাহা শীঘ্র ভাঙ্গিয়া যায়, এই এক দোষ। কিছু ভাল করিয়া রাখিতে জানিলে এক এক হাঁড়ি ছয়, সাত বাস পর্যন্ত টিকিতে পারে। মাটির হাঁড়ির তলা কখনো জল দিয়া ধুইবে না। এবং জল দিয়া ভিজাইয়াও রাখিবে না। আর শুধু হাঁড়ি উনানের উপরে বসাইয়া রাখিবে না। মাটিতেও যখন হাঁড়ি রাখিতে হয় বিড়ার উপরে রাখিবে। তা না হইলে হাঁড়ি ফুটিয়া যাইবে। আহাৰ্য্য দ্রব্য রাখা হইয়া গেলেই স্বতন্ত্র পাত্রে তাহা ঢালিয়া রাখিয়া হাঁড়িগুলি ধুইয়া তুলিয়া রাখিতে হইবে।

সচরাচর রান্নাঘরে তোলো হাঁড়ি, তিজেল হাঁড়ি, মালুসা, সরি, সানক, গাম্‌লা, খুলি, তৈ, জল তুলিবার ভাঁড়, জালা, ইত্যাদি মাটির পাত্র সকলই ব্যবহৃত হয়।

অনেকে পিত্তলের বোগনো, হাতা, খুস্তিতে রন্ধন করে বটে; কিন্তু পিত্তলের পাত্রে রন্ধন করা ভাল নয়। পিত্তলের এক রকম কষ উঠিয়া জিনিষ কলঙ্কিত করিয়া দেয়। বিশেষতঃ অল্পের সহিত পিত্তল প্রভৃতি ধাতব দ্রব্যের কোন সংশ্রবই রাখা উচিত নয়। তবে তিরেনের মেঠাই প্রভৃতি খাবার করিবার সময় কলাইকরা পিত্তলের কড়া ব্যবহার করা হয়। থালা, ঘড়া, ঘটি, বাটী প্রভৃতি অনেক পিত্তলের বাসনে রান্নাঘরের কাজ চলিয়া থাকে।

বর্তমান কালে যদিও কাঁসার বাসন রাঁধিবার জন্ত ব্যবহার হয় না বটে, প্রাচীন কালে কাঁসায় রান্না হইত। এবং কাংস-পাত্র উপকারী বলিয়াও উক্ত হইয়াছে, “কাংসাজে পাচিতং বন্ধি তদ্ধিতং মতিদং শুচি”। কাংসাপাত্রে রন্ধন হিতকর, মেধাপ্রদ এবং পবিত্র। থালা, বাটী, গেলাস রেকাবী ইত্যাদি কাঁসার জিনিষ আমরা ব্যবহার করি। পিত্তল কাঁসা খুব ভাল করিয়া মাজা উচিত।

পোলাও, ইত্যাদি রাঁধিবার জন্ত তাম্রপাত্রে (ডেক্‌চি প্রভৃতি) ব্যবহার হয়। তাম্রপাত্রে রাঁধা ভাল নয় “যচ্চ তাম্রময়ে সিদ্ধং ন রুচ্যং অন্নপিত্তকং” যাহা তাম্রপাত্রে পাক হয়, তাহা রুচিকর হয় না, এবং অন্নপিত্ত রোগোৎপাদক হইয়া থাকে। এই জন্তই বোধ করি তাম্রপাত্র কলাই করিবার প্রথা প্রচলিত। কলাইকরা পাত্র চৌদ্দ, পনের দিন অন্তর পুনঃ পুনঃ কলাই করিয়া লইতে হয়।

পাথরের কলাই করা যে হাঁড়ি পাওয়া যায়, তাহা প্রায় আট,

দশ বৎসর স্থায়ী হয়। রান্নার পক্ষে এই পাথরের কলাই করা হাঁড়ি খুব সুবিধা জনক। ইহাতে ডাল, ভাত, মাছ, মাংস, পোলাও সবই রাঁধা যায়। কাচের কলাই করা হাঁড়িগুলো বেশী দিন স্থায়ী হয় না। শীঘ্রই কাচ ফুটিয়া ফুটিয়া উঠিয়া যায়। অনেক সময় এই কাচ ফুটিয়া খাবারের সহিত মিশিয়া যাওয়াও সম্ভব।

লৌহ পাত্রের রান্না অপকারী নয়। তবে লোহার কড়াতে, কতকগুলি জিনিষ আছে, বাহা রাঁধিলে কাল রং হইয়া যায়। ষোচা, কাঁচকলা, কড়াইগুটি, ইঁচড়, কড়াতে রাঁধিলে কাল হয়। ছোকা, শাকভাজি প্রভৃতি সদাসৰ্বদা লোহার কড়াতে রাঁধা হইয়া থাকে। লুচি প্রভৃতি ভিযানের অনেক খাবার লৌহ কড়াতে প্রস্তুত করা হয়। লোহার কড়াতে দুধ জ্বাল দেওয়া কিছু খারাপ নয়। দুধের জিনিষ ইহাতে দূষিত হয় না। লোহাতে অল্প জিনিষ রাঁধিতে নাই। কলঙ্কিত হইয়া যায়। কি যেন লোহা লোহা গন্ধ হয়। তবে রাঁধিয়া তাড়াতাড়ি পৃথক পাত্রে ঢালিয়া রাখিলে অতটা কলুষিত হইতে পায় না। কড়া, তাওয়া, খুন্তি, হাতা, বেড়ী, কাঁকরী, কলসী, হামালদিতা, চিমটা, ছুরি, বটি, কাঁটা, ডালঘুটুনি, প্রভৃতি অনেক গুলি জিনিষ লৌহ নিৰ্ম্মিত। ভাল করিয়া মাজিলে লৌহের কড়া প্রভৃতি রূপার ন্যায় ঝল্ ঝল্ করে।

তাড়ু, হাতা, ডালঘুটুনি, চামচ, ডাল কাঁড়িবার জন্য উথলি (উদুথল, মুথল), ঘোলমোহানি ইত্যাদি কোন কোন জিনিষ কাঠেরও নিৰ্ম্মিত হইয়া থাকে। অল্প জিনিষ, আচার, চাটনী প্রস্তুত করিবার সময় লোহার নায় ধাতুনিৰ্ম্মিত জিনিষ অপেক্ষা কাঠের হাতা প্রভৃতি ব্যবহার করা ভাল।

উনান।

মাটির চুল্লী প্রস্তুত করিতে হইলে আগে তাহার মাটি ঠিক করা চাই। বালি মাটি হইলে উনান বাঁধা যায় না, শীঘ্র কাটিয়া কাটিয়া ভাঙ্গিয়া যায়। এঁটেল মাটি আনিয়া প্রথমে ক্রমে ক্রমে জল দিয়া হস্ত দ্বারা চট্কাইয়া মোলায়েম করিতে হইবে। যদি ঐ মাটি বেশী শক্ত হয় তাহা হইলে পূৰ্ব্ব দিন রাত্রে অল্প জলে ভিজাইয়া রাখিতে হইবে। তার পর দিন উনান বানাইবার জন্ত চট্কাইয়া মোলায়েম করিয়া মাটি তৈয়ারি করিতে হইবে। উনান গড়া হইয়া গেলে তাহার উপরে গোময়, কাদা ও জল তিন মিশাইয়া লেপ দিয়া উনানের গা সমান করিতে হইবে।

সাধারণতঃ মাটির উনান কয়লা এবং কাঠ উভয়ের উপযোগী করিয়া নিৰ্মিত হইয়া থাকে। কয়লার উনানে ও কাঠের উনানে প্রভেদ এই যে কয়লার উনানে ঝাঁঝি আবশ্যিক, কাঠের উনানে তাহা আবশ্যিক হয় না।

সচরাচর কয়লার উনান প্রায় এক হাত কি দেড় হাত উচ্চ করিয়া বানান হয়। উনানের ছাই পড়িবার জন্য মধ্যে প্রায় আধ হাত ফাঁক রাখিয়া দুই দিকে উপর্যুপরি তিনখানি করিয়া ছয়খানি ইট লম্বাভাবে পাত। ইটের উপরে পুরু করিয়া মাটির লেপ দাও। তাহা হইলেই ইটগুলি শক্ত হইয়া বসিবে। তার পরে লোহার ঝাঁঝি কি শিক দিতে হইবে। ঝাঁঝির অভাবে চারিটা কি পাঁচটা লোহার শিক ঘেঁসাঘেঁসি করিয়া বসাইবে। শিকগুলি একটু ঘেঁসাঘেঁসি করিয়া বসাইলে কয়লা বুৰ্‌বুৰ করিয়া পড়িবে না, অথচ ছাই পড়িতে পারিবে। এইবারে ঝাঁঝির উপরে তিন খানা করিয়া বার খানা ইট চারিধারে গাঁথিয়া ফেল। কেবল উনানের সমুখ দিকে ঝাঁঝির নীচে তিনখানা ইটের

সমান উচ্চতা পর্য্যন্ত ফাঁক রাখিতে হইবে। এই ফাঁক, কি কয়লার কি কাঠের উনান, উভয়েতেই আবশ্যিক। এই ফাঁকের মধ্য দিয়া কয়লার ছাই বাহির করিতে হয়, আগুন জ্বালাইতে বাতাস দিতে হয় এবং এই ফাঁকের মধ্য দিয়াই কাঠও প্রবেশ করাইতে হয়। ইহাই উনানের দরজা। এখন চারিদিকে মাটির লেপ দিয়া মুখের কাছে গোলাকার গড়ন করিয়া আন। মধ্যখানে উনানের ভিতরে কয়লা দিবার জন্য ঝাঁকুরির উপরটা ফাঁক থাকিবে। ইহাকে উনানের হাঁ বলা যাইতে পারে। উনানের পশ্চাদিক প্রায়ই গৃহের দেয়ালে সংলগ্ন থাকে। তাগ না হইলে পশ্চাদিক দিকেও ইট দিয়া গাঁথিয়া দিতে হইবে। ছোট উনানের মুখে চিবির মত করিয়া তিনটা ঝাঁক করিয়া দিলে সুবিধা হয়। কারণ কয়লার ছোট উনানে ঝাঁকের মধ্য দিয়া কয়লা মধ্যমধ্যে দিতে হয়। কিন্তু বড় উনানে ঝাঁক দিবার প্রয়োজন নাই; কারণ ইহাতে অনেকটা আঁচ ঝাঁকের মধ্য দিয়া বাহির হইয়া যায়। ঝাঁক না করা থাকিলে আগুনের সমস্ত আঁচটা হাঁড়ি কিম্বা কড়াতেই পায়।

সচরাচর গৃহস্থের ঘরে দেড়সের বা দুইসের কয়লা ধরিতে পারে এমন উনান নিম্মিত হয়। দুই শত, তিন শত লোক খাওয়া ইবার সময় যখন বড় বড় তিজেল বা কড়ায় কাজ করিতে হয়, তাহার জন্য এই উনান প্রশস্ত নয়। তখন বড় বড় মুখ বিশিষ্ট উনান বানাইলে ভাল। বড় রকমের “যজ্ঞ”র সময়, কয়লার পরিবর্তে কাঠের আগুনেই রান্না সুবিধা। যজ্ঞর সময় যে বড় বড় কাঠের উনান প্রস্তুত করা যায় তাহা প্রায় এক হাত মাটি খুঁড়িয়া গভীর করিতে হয়। তাহার চারিধারেও প্রায় এক হাত উচ্চ দেয়াল গাঁথিয়া উনানের মুখ করিয়া বড় বড় কড়া বসাইবার স্থান

করা হয়। মাটি খুঁড়িয়া গভীর করিবার অভিপ্রায় এই যে, বড় বড় কাঠখণ্ডগুলি উনানের মধ্যে লম্বভাবে প্রায় দাঁড় করাইয়া দেওয়া যায়, তাহাতে আগুন আর নিভিতে পায় না, বরাবর সমান ভাবে কাঠ জলিয়া থাকে, কারণ আগুন ক্রমে উপর দিকেই অগ্রসর হয়। গর্ত না খুঁড়িয়া যে উনান করা হয় তাহাতে ক্রমাগত কাঠ ঠেলিয়া দিতে হয়, তাহা না হইলে আগুন নিভিয়া যাওয়া সম্ভব। হালুইকরেরা কয়লার উনানে ঝাঁকুরি অপেক্ষাকৃত নিম্নে দিয়া উনানের পেট (কয়লা দিবার স্থান) গভীর করিয়া বানায়। ইহাতে একেবারে পাঁচ ছয় সের কয়লা ধরিতে পারে; অনেকক্ষণ ধরিয়া কয়লা দিতে হয় না। এক উনানে একেবারে তিন চারিটা মুখ করিয়া, অনেক সময়ে, তিন চারিটা উনানের কাজ একেবারেও সম্পন্ন হইতে পারে। উনান একেবারে পাকা করিতে চাহিলে, রাজমিস্ত্রী দিয়া বেশ বড় রকম উনান গাঁথিয়া লওয়া যায়। মাটির তোলাউনান করিতে হইলেটালি কি ছোটগামলার উপরে গড়িতে হইবে। তাহা হইলে যেখানে ইচ্ছা তাহা লইয়া যাওয়া যায়।

মাটির উনান ছাড়া আরো অনেক প্রকার উনান আছে। বাহাতে বেশ রাঁধা যাইতে পারে। লোহার উনান নানা রকমের পাওয়া যায়। অবিকাংশ লোহ উনান কয়লার রাঁধিবার জন্য প্রস্তুত করা হয়। তবে প্রয়োজন অনুসারে উহাতে কাঠ দিয়া রাঁধিতেও পারা যায়। আজকাল আবার বিলাতী উনান “স্পিরিট-ষ্টোভ” “কেরোসিন ষ্টোভ” ইত্যাদির যথেষ্ট আমদানি হইয়াছে। স্পিরিট এবং কেরোসিন তেলের দ্বারা এই সকল উনানের কার্য সম্পন্ন হয়। এই সকল উনানে একজনকার মত ডাল, ছোকা আম্লেট প্রভৃতি রাঁধা চলে। এই রকম উনানে রাঁধিবার জন্য

ছোট ছোট টিনের অথবা কাঁচের কলাই করা পাত্র পাওয়া যায়। বাতীতে কোন ভদ্রলোক আসিলে অল্প সময়ের মধ্যেই ডিমপোচ ও কুটিতোষ প্রভৃতি দু'এক রকম খাদ্যসামগ্রী প্রস্তুত করিয়া গরম গরম চা পান করান যাইতে পারে। কেরোসিন ষ্টোভে একটু ধোঁয়া হয়। অনেক সময়ে কেরোসিনের ধোঁয়ার গন্ধে খাবার সামগ্রীতে পর্যাস্ত গন্ধ হয়। স্পিরিটষ্টোভে কিন্তু এরূপ কোন উপদ্রব নাই। এক বোতল স্পিরিট কিনিয়া রাখিলে তাহাতে অনেক দিন কাজ চলে। বিলাতে গ্যাসের উনানেও রন্ধন হইবার কথা পড়া যায়।

স্পিরিটষ্টোভে কি কেরোসিন ষ্টোভে আগুন ধরাইবার জন্য কষ্ট পাইতে হয় না। কিন্তু কয়লার উনান ধরান এক কষ্টকর ব্যাপার। পাচকদের অনেক সময় উনান ধরাইতে ধরাইতে রাঁধিবার বিলম্ব হইয়া যায়। যে জিনিষগুলো আমরা ভাবি যে তাহা আর কোন কার্যে লাগিবে না, সেই জিনিষ গুলাই অনেক সময় বিশেষ কার্যে লাগে দেখি। পাথরের কয়লার উনান ধরাইতে হইলে প্রথমে দু'চারখানা কয়লা উনানের ঝাঁঝরি উপরে রাখিতে হইবে। তারপরে কতকগুলো কাঠের টুকরা অথবা শুক্ক নারিকেলের ছোবড়া বা মালা প্রভৃতি দিয়া একটা তেলা কাপড় তাহার উপরে রাখিবে, অথবা একটুখানি কেরোসিন ঢালিয়া কাঠগুলো ভিজাইয়া লইবে। এইবারে একটা দেয়াশেলাই কাঠি জালিয়া ইহার উপরে ফেলিয়া দিবা মাত্র হু হু করিয়া আগুন জলিয়া উঠিবে। তখন তাহার উপরে উত্তুন ভরিয়া কয়লা দিবে। এখন পাখা লইয়া ঝাঁঝরির নীচে ফাঁকে বাতাস কর। তাহা হইলে শীঘ্র উনান ধরিয়া যাইবে।

রাঁধিতে রাঁধিতে যখন দেখিবে কয়লাগুলো প্রায় ছাই হইয়া

আসিতেছে, তখন আবার কিছু কয়লা দিবে; তা না হইলে একেবারে উনান নিবিয়া যাইবে। যখন দেখিবে উনানের আঁচ হইতেছে না, তখন বুকিবে ঝাঁঝরি ছাইয়ে বন্ধ হইয়া গিয়াছে; একটা ভাঙ্গা বেড়ী কিম্বা একটা লোহার শিক উনানের নীচের ফাঁকের ভিতরে ঢুকাইয়া ঝাঁঝরির তলায় খোঁচাইতে হইবে, তাহা হইলেই সব ছাইগুলো ঝাঁঝরির ফাঁক দিয়া নীচে পড়িয়া যাইবে। (এ সময়ে উনানের উপরে কি পার্শ্বে যে সকল খাবার থাকিবে তাহা ঢাকিয়া রাখিতে হইবে, তাহা না হইলে ছাই উড়িয়া খাবারে পড়িবে) ছাই ঝাড়িয়া বাতাস দিলেই উনানের বেশ আঁচ হইবে।

আগুনের আঁচ তিন প্রকার—তেজ আঁচ, মধ্যম আঁচ, এবং নরম আঁচ। খুব জলন্ত আঁচকে তেজ আঁচ বলে। তেজ আঁচ ও নরম আঁচের মাঝামাঝি আঁচকে মধ্যম আঁচ বলা যায়। একেবারে নরম আঁচ করিতে হইলে ছাই চাপা দিয়া করিতে হয়। সচরাচর কাঠের কয়লা নরম আঁচের সময়ে ব্যবহার করা হয়। এই নরম আঁচের অনেক নাম—নরম আঁচ, গুমো আঁচ, দমে আঁচ, নিবন্ত আঁচ, মিঠা আঁচ। কাঠের কয়লা ধরাইতে বিশেষ কষ্ট হয় না, দুইটা জলন্ত অঙ্গার ফেলিয়া দিয়া বাতাস করিলেই সহজে ধরিয়া যায়; অথবা দেয়াশেলাই কাঠি জালিয়া তাহার উপর ছ একটা কাঠ কয়লা, তামাক খাবার টীকার মত করিয়া, ধরাইলে চট্ করিয়া ধরিয়া যায়। তার পর এই কাঠকয়লা অন্য কাঠ কয়লার উপরে রাখিয়া বাতাস দিলেই আগুন ধরিয়া যাইবে।

কাঠ ধরাইতে হইলেও একখানা কাঠ ধরাইয়া বাতাস দিলেই সহজে ধরিয়া যায়। কাঠ কি পাথরে কয়লা অথবা কাঠের

কয়লা ভিজা হইলে ধরাইতেও যেমন কষ্ট হয়, তেমনি ধোঁয়াও হয়। ভিজা কাঠ কয়লা হইলে রৌদ্রে শুকাইয়া লইবে। কোন কোন খাবার রন্ধনের জন্ত গুলের আগুনও আবশ্যক হয়।

উনান ধরাইবার জন্য :কুটা-কাটি সব রাখিয়া দিতে হয়। আখের খোলা, আখের গিরা, নারিকেলমালা, ডাবের খোল সব রৌদ্রে দিয়া শুকাইয়া সঞ্চিত করিয়া রাখিতে হয়, তাহা হইলে এই সব দিয়া বেশ চট্ করিয়া উনান ধরান যায়। শীতকালে আখটা খুব পাওয়া যায়, এই দময়ে আখের খোলা, গিরা প্রভৃতি ফেলিয়া না দিয়া রৌদ্রে ফেলিয়া রাখিয়া শুকাইতে দাও ; তার পরে শুকাইলে একটা কোন স্থানে যেখানে সুবিধা হয় জড় করিয়া রাখ। গ্রীষ্মকালে ডাবটা লোকে খুব খাইয়া থাকে ; ডাবের খোলাও শুকাইয়া রাখিলে উনান ধরাইতে কাজে লাগে। বসন্ত: নারিকেল গাছের কিছুই ফেলা যায় না ; নারিকেল গাছের পাতা হইতে মাথা পর্য্যন্ত সকলি গৃহের কোন না কোন কাজে লাগেই ; তাই বোধ করি আমাদের দেশে নারিকেল গাছ কাটিতে নিবেদন করে। বাদামের খোলা প্রভৃতিও উনান ধরাইতে কাজে লাগে।

পাথরে-কয়লার যে সব গুঁড়া বাচিবে সেই গুলি গোময়ের সঙ্গে মাখিয়া গোলা করিয়া করিয়া রৌদ্রে শুকাইতে দিতে হয় ; কয়লা যখন কুরাইয়া যাইবে তখন ইহার দ্বারা কাজ চালাইতে পারা যায়। ঘুঁটে দিহাও উনান ধরান যায়, আবার তাহাতে রন্ধন কার্য্যও হয়।

বর্ষাকালের জন্য পূর্ক হইতে ঘুঁটে, কাঠের গুঁড়া, আখের খোলা ইত্যাদি জড় করিয়া রাখা বিশেষ কর্তব্য, তাহা হইলে

বর্ষাকালে উনান ধরান বিষয়ে কষ্ট পাইতে হইবে না; কারণ সে সময়ে সব জিনিষ ভিজা থাকে, এই গুলাই সে সময়ে বিশেষ কাজে লাগে। এই কথা সর্বদা মনে রাখিতে হইবে, সকল দ্রব্যই কোন না কোন কাজে লাগিতে পারে। “যাকে রাখ সেই রাখে” ইহাই গৃহ কৰ্ম্মের প্রধান মন্ত্র হওয়া উচিত।

ভাঁড়ার ঘর।

ভাঁড়ার ঘর গোছাইতে হইলে আমাদের একেবারে বেশী দিনের জন্ত চাল ডাল প্রভৃতি কতকগুলি জিনিষ কিনিয়া রাখিতে হয়। সেই সকল তো কিছু খারাপ হইবে না, সেই সকল সামগ্রী দৈনিক খুচরা কিনিলে তাহাতে গৃহস্থের কোন লাভ নাই। বরঞ্চ একেবারে বেশী দিনের জন্য কিনিলে অনেকটা সস্তা হয়। খুচরা কিনিতে গেলে জিনিষও অল্প পাওয়া যায়, এবং বেশী মূল্যও লাগে।

ভাঁড়ার ঘরে ডাল চাল মশলা প্রভৃতি তুলিবার আগে একদফা সব ঝাড়িয়া বাছিয়া তবে তুলিতে হইবে; তাহা হইলে রাঁধিবার আগে ধুইতে বাছিতে বেশী কষ্ট পাইতে হইবে না। বেশী চাল ডাল রাখিতে হইলে জালা কিম্বা হাঁড়া (খুব বড় তোলা হাঁড়ি) কিম্বা টিনের বড় ক্যানেস্তারায় রাখিবে। মুন আর চিনি চিনের মাটির বুয়েমে রাখিলেই ভাল, কারণ হাঁড়ি কি টিনের আধারে মুন রাখিলে জরিয়া জরিয়া লাল হইয়া যায়। তেল ঘিয়ের জন্ত চিনের মাটির বুয়েম বা মাটির কেঁড়ে ভাল। ঝালমশলা প্রভৃতি ছোট টিনের কোটাতে গুছাইয়া রাখিতে হয়। আলু পেরাজ প্রভৃতি কোন কোন তরকারী মাস দেড় মাসের জন্ত একেবারে কিনিয়া রাখিতে পারা যায়। বালির মধ্যে আলু রাখিলে উহা শীঘ্র খারাপ

হয় না। বর্ষাকালে উত্তরোত্তর সকল তরকারীই প্রায় দুলভ এবং মহার্ঘ হয়; সেইজন্য বর্ষাকালের পূর্বে এ সকল যতটা পারা যায় সংগ্রহ করিয়া রাখিলে ভাল। কুমড়াও বর্ষাকালের পূর্বে শিকায় টাঙ্গাইয়া রাখিলে ভাল থাকিবে।

যে বা ভাঁড়ারের জন্ত একটি স্বতন্ত্র ঘর ছাড়িয়া দিতে পারিল না, তাহাকে একটি আম কাঠের সিন্দূকের ভিতরে দস্তা কি টিন মুড়িয়া লইয়া ভিন্ন ভিন্ন জিনিষ রাপিবার জন্ত তাহার ভিতরে আবার খোপ খোপ করিয়া লইতে হইবে, তাহা হইলে ভিন্ন ভিন্ন স্থানে হাতের কাছেই সব জিনিষ পাওয়া যাইবে। জালের আলমারীতেও ভাঁড়ারের জিনিষ-পত্র রাখিলে বেশ হয়, ভিতরে হাওয়া প্রবেশ করিতে পায়; তাহাতে সামগ্রী সকল ভাল থাকে।

ভৃত্যেরা দোকান হইতে দ্রব্যাদি কিনিয়া আনিলে তারপরে তাহাদের নিকট হইতে সেই গুলি ওজন করিয়া লওয়া ভাল। অনেকে বড় মানুষী দেখাইতে গিয়া ঐ বিষয়ে অবহেলা করেন, কিন্তু গৃহস্থামীর অবহেলা ভাব দেখিয়া ভৃত্যেরা প্রশ্রয় পায়; গৃহস্থামীরই নিকট হইতে তাহারা ক্রমশঃ অসংযত ভাব শিক্ষা করে। অসংযম হইতে লোভের সূত্রপাত হয়; সামান্য হইতে ক্রমে মূল্যবান দ্রব্যের উপর লোভ পড়ে; শেষকালে আনরা যদিও ভৃত্যের দোষ দিব বটে, কিন্তু অনুসন্ধান করিয়া দেখিতে গেলে গোড়ায় যে গৃহস্থামীরই দোষ তাহা স্পষ্ট। ভৃত্যদের দিতে ইচ্ছা হয় তুমি স্বতন্ত্র পুরস্কার দাও; ভৃত্যেরাও সেটা পাইয়াছে বলিয়া মনে করিবে। বাজারের পয়সা হইতে যতই কেন লউক না কবনো বলিবে না যে মনিবের কাছে পাইয়াছি। সে বলিবে ইহাতো তাহার স্বোপার্জিত। এ বিষয়ে ভৃত্যদের প্রশ্রয় দিয়া বড়মানুষী

দেখাইলে নিজের ক্ষতি ব্যতীত কোন লাভ নাই। দ্রব্য ওজন করিয়া লইলে আর একটা উপকার এই হয়, যে ইহাতে সব সামগ্রীর বাজার দর জানিতে পারা যায়। গৃহস্থের মিতব্যয়ী হওয়াই কর্তব্য। সামান্য অপব্যয়কেও প্রশ্রয় দেওয়া অসুচিত।

ভাড়ায়ে এই জিনিষ গুলি চাই। যাতা, হামালদিস্তা, কুলা, ঝুড়ি, ধামা, হাঁড়ি, কেঁড়ে, বুয়েম, ক্যানেস্তারা, টিনের কোটা, কুনিকা, রেক, দাঁড়িপাল্লা, বাটখারা (সের হইতে রতিতী পর্য্যন্ত) ইত্যাদি। ইহা ব্যতীত দুই তিন প্রকার চাল, পাঁচ ছয় প্রকার ডাল, ময়দা, তেল, ছুন, ঘি, চিনি, কালমশলা, পানমশলা, পুরাণ তেঁতুল, আমচুর, কাছুন্দি, গুড়, বড়ি, শুকন কুমড়া ইত্যাদি নানা আবশ্যকীয় দ্রব্য সামগ্রী গৃহস্থের ভাণ্ডারে পূর্ণ হইতেই সক্ষিত থাকে।

খাবার ঘর।

খাবার ঘরটী পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন রাখিতে হইবে। যে ঘরে আলো আসে, রৌদ্রের উত্তাপ পায় এবং বাতাস চলাচল হয়, সেই ঘরটী ভোজনের জন্য মনোনীত করিবে।

সচরাচর হিন্দুরা আসনে বা পিড়িতে বসিয়া আহার করেন। আসনের সম্মুখেই থালাটী রাখা হয়। থালার মধ্যস্থলে ভাত বাড়িয়া দেয়। ভাতের পার্শ্বে বাঁবার ডানবারে ভাজাভুজি, বড়া, চড়চড়ী প্রভৃতি খুচরা তরকারী দিয়া থাকে; এবং ডানদিক হইতেই পৃথক্ পৃথক্ বাটীতে করিয়া শুকুনি হইতে আরম্ভ করিয়া নানা রকম ডাল, কোল সাজাইয়া দেওয়া হয়। প্রথমে শুকুনি অর্থাৎ তিত, পরে ডালনা, ডাল, কোল, কালিয়া, অস্থল, পায়স, দই, ক্ষীর, মিষ্টান্ন এই ধরণে সাজান হয়। আমাদের দেশে রূপার

বাসন, কঁাসা ও পিষ্টলের বাসন, এবং কালপাথর ও স্বেতপাথরের বাসনই আহারের জন্ত ব্যবহৃত হইয়া থাকে। রূপার থালায় খাইতে দিতে হইলে ঝোল প্রভৃতি দিবার জন্ত বাটীগুলিও রূপার দিতে হইবে; যেমন থালা সেই অনুসারে বাটীও দিতে হইবে।

যখন অধিক লোক খাওয়াইতে হয় তখন কলাপাতায় খাওয়ান হয়। এইরূপ পঙ্ক্তি-ভোজনে বাটার পরিবর্তে মাটির খুরী দেওয়া হয়। ছুন, নেবু, ভাতের পাতাতেও দেওয়া যায়, অথবা ছোট ছোট কলাপাতা কাটিয়া তাহাতে দিলেও দেখিতে পরিপাটি হয়। ডানধারে জলের গেলস দিতে হইবে। কলাপাতায় ধনী দরিদ্র সকলেরই সুবিধা; চারিশ, পাঁচশ লোককে একত্রে খাওয়াইতে গেলে ইহাতে যেমন সুবিধা হয় এমন আর কিছুতে নয়।

আহার পরিবেশন করিবারও লোক চাই; পরিবেশনের সময় যেন হাতে করিয়া কোন খাণ্ড সামগ্রী দেওয়া না হয়। হাত বা চামচ কি পাতার ঠোঙা কি বাটীতে করিয়া যেন দেওয়া হয়।

পঙ্ক্তি ভোজনে গৃহস্থামী স্বয়ং ও তাহার আত্মীয় স্বজনকে পরিবেশন করা আচার সম্মত। পরিবেশক বা পরিবেশিত কর্তব্য, হস্ত পদাদি ধোত করিয়া শুদ্ধ বসনে পরিবেশন করা। আমাদের দেশে জুতা পরিয়া পরিবেশন করিবার রীতি নাই; জুতা পরিয়া লোকে কত জায়গায় ঘুরিয়া আসে, সেই জন্ত পরিবেশনের সময় জুতাটা না পরাই ভাল।

কোন উৎসবের সময় যখন পঙ্ক্তি ভোজন হয়, তখন পরিবেশন করিতে করিতে অনেক সময় হয় গো পরিবেশকের পা

লাগিয়া কাহারো দয়ের খুরী উন্টাইয়া পড়িতেছে, কাহারো বা ক্ষীরের খুরী কাৎ হইয়া পড়িতেছে, হয় তো হাতে করিয়াই ভাত, তরকারী দেওয়া হইতেছে; অনেক নিমন্ত্রিত ব্যক্তি এই সকল অপরিচ্ছন্নতা সহ্য করিতে পারেন না। অত্যন্ত অরুচির সহিত তাঁহারা ভোজন করিয়া উঠিয়া যান। এই সকল কারণে পরিবেশকদিগের সাবধানে এবং সযত্নে পরিবেশন করা কর্তব্য।

এ দেশের প্রথমত আহারের পরে মুখ রীতিমত কুলকুচি করিয়া ধুইবার নিয়ম; এ নিয়মটী সর্বতোভাবে পালনীয়। যুরোপীয় রীতিতে যাহারা আহার করেন, তাঁহাদিগের অনেকে যদিও এ সকল দেশীয় প্রথা লঙ্ঘন করেন, তথাপি ইহা আমাদের লোকদিগকে শতবার স্বীকার করিতে হইবে যে ভোজনাঙ্ক্রে কুলকুচি না করিয়া হাতমোছা তোয়ালেতে (টেবল ন্যাপকিন) মুখমোছা, দন্তরোগ প্রভৃতি অনেক মুখরোগের উৎপাদক। একরূপ ঘৃণিত আচার আমরা যেন ইংরাজদের অনুকরণে আমাদের মধ্যে প্রবেশ করিতে না দিই। আহার শেষ হইলে গাড়ু, চিকমচি লইয়া লোকদিগের সমক্ষে ভৃত্যদিগের উপস্থিত হওয়া উচিত, অথবা উঠিয়া মুখ ধুইলেও হয়। মুখ ধুইবার পর প্রত্যেকের স্বপ্ন ক্রমালে মুখমোছা কর্তব্য; এক হাতমোছা কাপড়ে বা গামছায় বহুলোকের হাত মুখমোছা প্রশস্ত নয়। পাশ্চাত্য ভোজে প্রত্যেকের জন্য পৃথক্ পৃথক্ হাতমোছা তোয়ালে টেবিলে সাজান থাকে, কিন্তু আমাদের পাত পাড়িয়া আহারে তো আর তাহা হইবার উপায় নাই। ইংরাজের বাতাসে তাহাদিগের যে সকল ধরণ ধারণ আমাদের দেশে প্রবেশ লাভ করিবার চেষ্টা করিতেছে, টেবিলে আহার তাহার মধ্যে একটী। টেবিলে যাহারা আহার করেন,

তাঁহারা ইংরাজি ধরণে ছুরি, কাঁটা ও চামচের সাহায্যে খাইয়া থাকেন, কিন্তু লুচি রুটি প্রভৃতি নিরামিষ অনেক আহারই হাতে ধাওয়া যেমন সুবিধা এমন ছুরি কাঁটাতে নয়। মাংসের রোষ্ট, চপ প্রভৃতি বিদেশীয় খাদ্য ছুরি কাঁটার সাহায্য ভিন্ন হাতে কিছু মাত্র সুবিধা হয় না; এ সকল হাতে খাইতে গেলে এক বীভৎস ব্যাপার হইয়া পড়ে।

আমাদের দেশে মধ্যাহ্নভোজনে যেমন ভাতই প্রধান খাদ্য, সেইরূপ আবার রায়ে জলপান বা ফলায়ে লুচিই প্রধান। ডাল, ডালনা, কালিয়া প্রভৃতি কতকগুলি সামগ্রী আছে যাহা ভাতেও চলে, এবং লুচিতেও চলে। ভাতের চড়চড়ি যেমন, লুচির তেমনি ছোঁকা। জলপানের বেলায় একদিকে কচুরি, নিমকি, পাপড় প্রভৃতি মোনুস জিনিষ যেমন থাকে, তেমনি জিলিপি, মেঠাই, গজা, খান্না প্রভৃতি মিষ্টি সামগ্রীও থাকে। দই, ক্ষীর মধ্যাহ্ন ভোজনেও আছে, জলপানেও আছে। ভাতে যেমন অম্বল থাকে, জলপানে তেমনি চাটনি থাকে। সাজানো, গোছান দুই বেলায়ই অনেকটা একই ধরণের হয়। আহারের পর দুই বেলায়ই একখানি রেকাবে বা কলাপাতায় করিয়া পানের খিলি সন্ধ্যার সম্মুখে ধরা হয়।

ওজন ও পরিমাণ ।

দ্রব্যাদির ওজন (দেশীয়) ।

“চারি ধানে রতি হয় আট রতিতে মাষা ।

বার মাষায় তোলা হয় শুন সত্য ভাষা ॥

আশি তোলায় সের হয় শুন দিয়া মন ।

চলিশ সেরেতে মণ শুন সর্বজন ॥”

৪ ধান = ১ রতি (কুঁচ)

৬ রতি = ১ আনা

৮ রতি = ১ মাষা

১০০ রতি বা
১৬ আনা বা
১২ মাষা } = ১ তোলা বা ভরি

৪ সিকি = ১ তোলা

৫ সিকি = ১ কাঁচা ৫

৪ কাঁচা = ১ ছটাক /০

৫ তোলা = ১ ছটাক

৪ ছটাক = ১ পোয়া /১০

৪ পোয়া বা
১৬ ছটাক } = ১ সের /১

৮০ তোলা = ১ সের

৪০ সের = ১ মণ ১/

এক টাকার ভারকে এক ভরি বা এক তোলা বলা যায়। ৮০ তোলায় যে একসের হয় তাহাই পাকিসের। কলিকাতা প্রভৃতি স্থানে পাকিসের চলে। পশ্চিম রাঢ় অঞ্চলের কোন কোন স্থানে ৪ তোলায় এক ছটাক ধরা হয়। তাহা হইলে প্রায় ৬০ তোলায় এক সের হয়। ইহাই কাঁচি সের।

দ্রব্যাদির ওজন (ইংরাজী)।

এভারডুপয় ওয়েট।

২৭৩½ গ্রেন = ১ ড্রাম

১৬ ড্রাম = ১ আউন্স

১৬ আউন্স = ১ পাউণ্ড

১৪ পাউণ্ড = ১ ষ্টোন

২৮ পাউণ্ড = ১ কোয়াটার

৪ কোয়াটার = ১ হাণ্ড্রেডওয়েট (হন্দর)

২০ হাণ্ড্রেডওয়েট = ১টন।

এই নিয়মে ইংরাজেরা মাখন ও মাংসাদির ওজন করে।

বালির একটা সুপক শুষ্ক দানার যত ভার তাহাই একগ্ৰেন।
এক আউন্স অর্ধ ছটাকের সমান। এক পাউণ্ডে অর্ধসের ধরা
হয়। এক হন্দরে দেড় মণ হয়। এক টনে ত্রিশ মণ হয়।

চাউল ও ধানাদির মাপ।

৫ ছটাক = ১ কুনিকা

৪ কুনিকা = ১ রেক

চামচ।

আজকাল অনেক সময়ে আহার সামগ্রীর পরিমাণ নির্ণয়ের জন্ত
চামচ ব্যবহৃত হইয়া থাকে। চামচের ও একটা নির্দিষ্ট পরিমাণ
আছে; সেই জন্য আমরা চামচের পরিমাণ নিয়ে দিতেছি।

চামচে শুষ্ক দ্রব্যের মাপ।

২ স্কুনের চামচ = ১ চা চামচ (টিস্পুনফুল)

২ চা চামচ = ১ মাঝারি চামচ (ডেসার্টস্পুনফুল)

২ মাঝারি চামচ = ১ বড় চামচ (টেবলস্পুনফুল)

চামচে জলীয় দ্রবের মাপ।

৬০ ফোঁটা = ১ চা চামচ

২ চা চামচ = ১ মাঝারি চামচ

১ চা চামচ = ১ বড় চামচ

৩ বড় চামচ = ১ ওয়াইন গ্লাস

8 ওয়াইনমাস = 1 মাস

এক চা চামচে আধ কাঁচা হয়। এক মাঝারি চামচে এক কাঁচা হয়। এক বড় চামচে দুই কাঁচা অথবা আধ ছটাক হয়। এক ওয়াইনমাসে দেড় ছটাক এবং এক মাসে দেড়পোয়া হয়।

पत्नी ।

আমরা রন্ধন গৃহে এবং ভাণ্ডার ঘরে তেল, ঘি, উঠাইবার জন্য লোহার পলা ব্যবহার করিয়া থাকি। রন্ধন গৃহে বাটী প্রভৃতি হইতে তেল উঠাইবার জন্য প্রায় ছোট পলা থাকে। এবং ভাণ্ডারে হাঁড়ি প্রভৃতি হইতে ঘৃতাদি তুলিবার জন্য বড় পলা থাকে। কিন্তু পলার চামচের স্থায় একটা নির্দিষ্ট পরিমাণ নাই। তবে সচরাচর ছোটপলাগুলার হইপলাতে প্রায় এককাঁচা কি পোন কাঁচা হয়, এবং বড় পলার এক পলাতে প্রায় এক ছটাক ধরে।

চিমটি, মুঠা ও কোষ।

বৃদ্ধাঙ্গুলি, তর্জনী এবং মধ্যমাঙ্গুলিতে যে পরিমাণ জিনিষ ধরে, তাহাই এক “চিম্টা।” আমরা রাধিবাবর কালে এক হাতে করিয়া যে জল অথবা অন্ত কোন দ্রব্য দিই তাহাকে এক “কোষ” বলে। মুঠা করিয়া যে চাল, কি ডাল দিই তাহাকে এক “মুঠা” বলে।

আমিষ ও নিরামিষ আহার ।

জলীয় দ্রব্যের মাপ (ইংরাজী) ।

৪ জিলে = ১ পাইন্ট

২ পাইন্ট = ১ কোয়ার্ট

৪ কোয়ার্ট = ১ গেলন

ইংরাজী এক পাইন্ট বান্ধলা দেড়পোয়ার সমান । এক কোয়ার্ট তিন পোয়ার সমান । এক গেলনে তিন সের হয় ।

পানের হিসাব ।

৮ গণ্ডা = ১ গোচ

২ গোচ = ১ কোণা

২৪ গণ্ডা = ১ শত

দৈর্ঘ্য মাপ (দেশীয়) ।

৩ যব = ১ অঙ্গুলি (৩ ইঞ্চি)

৩ অঙ্গুলি = ১ গিরা

৪ অঙ্গুলি = ১ মুষ্টি

৪ গিরা বা } = ১ বিতস্তি বা বিঘত
৩ মুষ্টি }

২ বিতস্তি (বিঘত) = ১ হাত

২ হাত = ১ গজ ।

দৈর্ঘ্য মাপ (ইংরাজী) ।

৩ করণ = ১ ইঞ্চ

১২ ইঞ্চ = ১ ফুট

২৪ অঙ্গুলি বা } = ১ হাত

১½ ফিট

৩ ফিট = ১ গজ

এক ইঞ্চিতে ১৬ অঙ্গুলি হয়। এক হাতে ১৮ ইঞ্চি হয়।

সময়ের বিভাগ। (ইংরাজী)

৬০ সেকেন্ড = ১ মিনিট।

৬০ মিনিট = ১ ঘণ্টা

২৪ ঘণ্টা = ১ দিন

৭ দিন = ১ সপ্তাহ

৩০ দিন বা } = ১ মাস

৪ সপ্তাহ

৩৬৫ দিন বা } = ১ বৎসর

১২ মাস

সময়ের বিভাগ। (দেশীয়)

৬০ পল = ১ দণ্ড

৭½ দণ্ড = ১ প্রহর

৮ প্রহর = ১ দিবারাত্রি

৭ দিবারাত্রি = ১ সপ্তাহ

১৫ দিন = ১ পক্ষ

২ পক্ষ = ১ মাস

২ মাস = ১ ঋতু

আমিষ ও নিরামিষ আহার।

$$\left. \begin{array}{l} ৬ ঋতু বা \\ ২ অন্নন \end{array} \right\} = ১ বৎসর$$

$$১২ বৎসর = ১ যুগ$$

এক দণ্ডে ২৪ মিনিট হয়। এক প্রহরে তিন ঘণ্টা হয়।

মুদ্রা বিভাগ। (দেশীয়)

$$৪ কড়া = ১ গণ্ডা$$

$$৫ গণ্ডা = ১ পয়সা ৫$$

$$\left. \begin{array}{l} ২০ গণ্ডা বা \\ ৪ পয়সা বা \\ ১২ পাই \end{array} \right\} = ১ আনা /০$$

$$২ আনা = ১ ছয়ানি ৮০$$

$$২ ছয়ানি = ১ সিকি ১০$$

$$২ সিকি = ১ আছলি ৯০$$

$$\left. \begin{array}{l} ২ আছলি বা \\ ১৬ আনা \end{array} \right\} = ১ টাকা ১৬$$



দ্বিতীয় অধ্যায় ।

ভাত ।

প্রয়োজনীয় কথা ।

আমাদের ভাতটাই প্রধান খাদ্য দ্রব্য, সেই জন্য ভাত হইতে আরম্ভ করিয়া ক্রমে ক্রমে অন্যান্য সামগ্রী রাঁধিবার বিষয় লেখা যাক । মনের একান্ত নিষ্ঠা না থাকিলে কোন বিদ্যাই আয়ত্ত হয় না । যে কোন কার্য্যই করিতে যাও না কেন মনোযোগের সহিত তাহা করা চাই । রন্ধন কার্য্যে এই মনোযোগ অত্যন্ত আবশ্যক । কারণ ইহাতে সামান্য অমনোযোগে সিদ্ধি তো দূরের কথা, অনেক বিপদের সম্ভাবনা । কি তরকারী বানাইবার সময়, কি রাঁধিবার সময়, লোকের সহিত গল্প করিতে করিতে কি অন্য কোন কারণে, অন্যমনস্কভাবে কার্য্য করা উচিত নহে । ইহা বোঝা উচিত যে রাঁধিবার কালে তীক্ষ্ণদৃষ্টি ছুরি, বঁটি এবং আগুণ প্রভৃতি লইয়া কাজ কর্ম করিতে হয় । একটুতে হয় তো হাত কাটিয়া যাইতে পারে, কিম্বা তপ্ত তেল, ঘি গায়ে পড়িয়া যাইতে পারে ।

রন্ধন গৃহে গিয়া রাঁধিতে বসিবার পূর্বেই খাদ্য সামগ্রী রাঁধিবার, ঢালিবার, রাখিবার পাত্র সকল কাছে গুছাইয়া রাখিতে হইবে ; এবং দেখিতে হইবে যে সে সকল পরিচ্ছন্ন আছে কি না । পরে তেল, হুন, ঘি এবং মশলা প্রভৃতি রাঁধিবার উপকরণ সমুদয় হাতের কাছে আনিয়া রাখিতে হইবে ; তা না হইলে রাঁধিবার হাঁড়ি চাপাইয়া তেল, হুন কি মশলার জন্য লোক পাঠান

সে বড় বিরক্তিকর। সময়ে সময়ে এই সকল কারণে সহজ কাজ ও বিলক্ষণ কঠিন হইয়া উঠে।

চাল।—আমাদের রান্নাঘরে রাঁধিবার জন্য দুই প্রকার চাল আসিয়া থাকে। মোটা চাল এবং সরু চাল। দাস দাসী এবং গরীব দুঃখীরা সচরাচর মোটা চালের ভাত খায়, এবং সম্পত্তিশালী ব্যক্তিরাই কামিনী আতপ, লাদখানি প্রভৃতি সরুচালের ভাত খাইয়া থাকেন। প্রায় দেখিতে পাওয়া যায় মোটা চালের সঙ্গে চালের কঁড়া ও গুঁড়ি মিশান থাকে এবং সরু চালে চূণ মিশান থাকে। পোকা ধরিবে না বলিয়া চালে চূণ মিশাইয়া রাখে।

আতপচাল এবং উষ্ণ বা সিদ্ধ চাল।—ধান হইতে চাল দুই প্রকারে বাহির করা হইয়া থাকে। ধান রৌদ্রে শুকাইয়া ভাঙ্গিলে যে চাল বাহির হয় তাহাকে আতপ চাল বলে। আর ধান সিদ্ধ করিয়া শুকাইয়া যে চাল বাহির হয় তাহাকে উষ্ণ অথবা সিদ্ধ চাল বলে। সরু চাল যেনন আতপ এবং উষ্ণ হয়, মোটা চালও সেইরূপ আতপ এবং উষ্ণ দুই প্রকার হইয়া থাকে। আতপচাল অপেক্ষাকৃত নরম হয় ; সেই জন্য সহজেই আতপচাল ভাঙ্গিয়া যায়। সিদ্ধ চাল শক্ত হয়। সিদ্ধ চাল অপেক্ষা আতপ চালের সুগন্ধ অধিক। আবার আতপচালের মধ্যে কামিনী আতপ চালের সুবাস সর্বাপেক্ষা অধিক। ভাল কামিনী আতপ চালের ভাত রাঁধিলে তাহার সৌগন্ধে চারিদিক আমোদিত হইয়া যায়। ফেন্সা ভাত, গলা খিচুড়ি রাঁধিতে হইলে আতপচালের করাই ভাল। অন্য চালের করিলে ভাত আস্ত আস্ত থাকে, তত গলিয়া যায় না। আতপ চাল সহজে মিশিয়া যায়। নবান্নের সময় খুব ভাল আতপ চাল আনিতে হয়, তবে নবান্নের ভাল গন্ধ

বাহির হইবে। পরমাণু করিতে হইলেও আতপ চালের করাই ভাল। আসাম প্রদেশে এক প্রকার চাল আছে তাহার নাম জহা চাল। ভাল জহা চাল রাখিলে তাহার সুগন্ধে চারিদিক আয়োদিত হয়। এই চাল উষ্ণ এবং আতপ হই প্রকারই পাওয়া যায় ; তবে আতপেরই সুবাস কিছু অধিক। আসামের ভদ্র-লোকেরা এই চালের ভাত খাইয়া থাকেন। সেখানে এই জহা আতপের নবান্ন হয়।

চাল ধোয়া।—চাল ভাল করিয়া না বাছিয়া ধুইলে ভাত পরিষ্কার হয় না। প্রথমে চালগুলি কুলায় ঝাড়িয়া লইতে হইবে, তার পরে হাতে করিয়া একটি একটি ধান, কি বালি, কাঁকড় বাহা থাকিবে সব বাছিয়া ফেলিবে, তার পরে চালে জল দিবে। সরু চাল তিন চারবার জল বদলাইয়া ধুইলেই বেশ পরিষ্কার ভাত হয়। মোটা চাল গামলায় ফেলিয়া সাত আটবার জল বদলাইয়া রগড়াইয়া ধুইলে পরিষ্কার ভাত হয়। সরু আতপচাল জলে অনেকক্ষণ ভিজাইয়া রাখিলে গুঁড়া হইয়া যায়। সেই জন্য হাঁড়িতে জল চড়াইয়া দিবে, জল গরম হইতে থাকিবে, আর এদিকে চাল ধুইবে ; তার পরে জল ফুটিতে থাকিলেই চাল হাড়িয়া দিবে। এ চাল এক হাতে কচুলাইয়া ধুইলে গুঁড়া হইয়া যায় ; সেই জন্য আস্তে আস্তে দু হাতে রগড়াইয়া ধুইয়া ফেলিবে। দু একবার ধুইলেই যথেষ্ট হইবে। দাদুখানি, বাক তুলনী, গোপাল-ভোগ প্রভৃতি সিদ্ধ চাল বেশ রগড়াইয়া ধুইবে। এই সিদ্ধ চাল ভাঙ্গিবার ভয় নাই।

ভাতে বাড়া।—চাল অনেকক্ষণ ধরিয়া ভিজাইয়া রাখিয়া তারপরে রাখিলে ভাতে বাড়ে না। যেখানে একসের চালে তিন জন

লোক খুব পেট ভরিয়া খাইয়া থাকে, ভিজান চাল রাঁধিলে এক-সের চালে দুজনকার ভাত বেশ ঠিক হয়, কিন্তু তৃতীয় জনের ভাতে কম পড়িয়া যায়। ইহার কারণ আছে; চাল ভিজাইতে দিলে ঠাণ্ডা জল টানিয়া চাল নরম হইয়া যায়; সিদ্ধ হইবার সময় আর বেশী জল খাইতে পারে না। কিন্তু চাল তখন তখনি ধুইয়া রাঁধিতে দিলে সিদ্ধ হইয়া খুব কুলিয়া উঠে, বাড়ে। ইহাকেই ভাতে বাড়া বলে। সেই জন্য সকলে প্রায় চাল ধুইয়াই রাঁধিয়া থাকে; যাহাতে ভাতে বাড়ে সেই দিকে দৃষ্টি রাখে, হাঁড়িতে জল চড়াইয়া চাল ধুইয়া তখনি জলে ছাড়িয়া দেয়।

ভাত রাঁধিবার সরঞ্জাম।—ভাত রাঁধিবার জন্ত আমাদের নিম্নলিখিত সরঞ্জামগুলি আবশ্যিক। তোলো হাঁড়ি ও তাহাতে ঢাকা দিবার জন্ত সানক বা সরা, খড়ের বিড়া, লোহ বেড়ী, লোহের অথবা কাঠের হাতা, কাপড়ের লেতা, গামছা এবং গামলা।

ভাত রাঁধিবার পক্ষে তোলো হাঁড়ি প্রশস্ত। ঝোল, কালিয়া, তরকারী ইত্যাদি রাঁধিবার জন্ত যে হাঁড়ি তাহা তিজেল হাঁড়ি। তোলো হাঁড়িগুলার পেট কিছু গভীর হয়। তোলো হাঁড়িতে ভাত, পোলাও, খিচুড়ি রাঁধা হইয়া থাকে। ইহাতে ভাত রান্না হইবার সময় সময় ডালও রাঁধা হইয়া থাকে। তবে ভাতের বস্তুর হাঁড়ি রাখাই ভাল। কারণ ডালের হাঁড়িতে ভাত রাঁধিলে ভাত হলুদ বর্ণ হইয়া যাইতে পারে। ভাত দেখিতে যত শুভ্র হইবে তত খাইবার অধিক প্রসূতি হয়। রন্ধন সামগ্রীর পরিমাণ অনুসারে হাঁড়ি কিনিতে হইবে। এক পোয়া চালের ভাত রাঁধিতে হইলে দুই তিন সের জল ধরে এই রকম একটি হাঁড়ি কিনিতে হইবে। তাহা হইলে ইহাতে আধসের কি তিন পোয়া চাল ও

রাঁধা ঘাইতে পারে। এক সের চালের ভাতের জন্য পাঁচ সেরী কি ছয় সেরী হাঁড়ি আনিতে হইবে। বড় হাঁড়িতে অল্প চাল চড়াইলে ভাত হইতে দেৱী হইবে, এবং ছোট হাঁড়িতে অপেক্ষাকৃত অধিক চাল চড়াইলে সব ভাত সমান ভাবে ফুটিবে না; কতক ভাতের 'মাঝ' থাকিবে অর্থাৎ ভিতর শুষ্ক থাকিবে; আর কতক ভাত হয় তো গলিয়া যাইবে। যজ্ঞিতে বহুলোক খাওয়াইবার জন্য একেবারে অনেক গুলা উনানে অনেকগুলা হাঁড়ি চড়াইয়া ভাত রাঁধা হইয়া থাকে।

ভাত হইয়া গেলে হাঁড়ি নামাইবার সময় বেড়ীর আবশ্যক হয়। যখন বেড়ী দিয়া হাঁড়ি ধরিতে হয়, ডান হাত দিয়া বেড়ীর গলা ধরিতে হইবে, আর নিম্ন দিকে বা হাত দিয়া ধরিবে।

মাটির হাঁড়ি পালি অথবা ভাত শুষ্ক মেজের উপরে যেন না রাখা হয়; খড়ের বিড়ার উপর যেন বসান হয়। তা না হইলে হাঁড়ির তলা থসিয়া যাওয়া সম্ভব।

হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া দিবার জন্য সরার আবশ্যক।

ভাত নাড়িয়া দিবার জন্য লোহার কিম্বা কাঠের হাতার আবশ্যক হয়। কেহ বা আম কি বেল প্রভৃতি গাছের ডাল গোল করিয়া কাটিয়া রুলের মত করিয়া চাঁচিয়া লয়।

হাঁড়ি মুছিবার জন্য এবং গরম হাঁড়ি ধরিবার জন্য লেতা রাখিতে হয়।

হাত মুছিবার জন্য গামছা কি কাড়ন আবশ্যক হয়।

ভাতের ফেন ঢালিবার জন্য রান্নাঘরে গামলা রাখা হয়। কেহ কেহ পিত্তলের গামলা, হাতা, মুক্তি, বোগনো প্রভৃতি ও ব্যবহার করে। পিত্তলের জিনিষ কলাই না করিয়া

স্বাধিবার জন্য ব্যবহার করা উচিত নয়। (“সংধারণ কথা” ১১ পৃষ্ঠা দেখ)

ভাত।—প্রতি এক পোয়া চালের ভাতের জন্য এক সের কি পাঁচ পোয়া হিসাবে জল চড়াইতে হইবে। যত চাল তাহার চারিগুণ কি পাঁচগুণ জল দিতে হইবে। ভাত যত টগ্বগু করিয়া ফুটিতে পাইবে তত ভাল ভাত হইবে। কাঁচা জলে চাল ছাড়িয়া দিলে প্রথম হইতে অনেকবার নাড়িয়া দিতে হইবে, তা না হইলে চাল ডেলা পাকিয়া যাইবার সম্ভাবনা। ফুটন্ত জলে চাল ছাড়িয়া দিলে সর্বশুদ্ধ তিন চারিবার নাড়িয়া দিলেই যথেষ্ট হইবে। ফুটন্ত জলে চাল দিলে ভাত ও শীঘ্র হইয়া যায়। জলে চাল ছাড়িয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া দিতে হইবে। চাল মিনিট দশ ফুটিবার পর যখন ফেনা উথলিয়া উঠিবে তখন সরটি খুলিয়া দিতে হইবে এবং হাতা করিয়া ফেনাগুলো ফেলিয়া দিবে, ইহাই চালের ময়লা। এইবারে হাতা করিয়া ভাত তুলিয়া তরুণী ও বৃদ্ধাঙ্গুলি দ্বারা ভাত টিপিয়া দেখিবে কত দূর দিক হইয়াছে। ফেনা উথলিয়া উঠার পর তিন চার ফুট ফুটিলেই অর্থাৎ আর দশ বার মিনিট ফুটিলেই ভাত হইয়া যাইবে। এই সময়ের মধ্যে ছ তিনবার ভাতটা নাড়িয়া দিতে হইবে। ভাত টগ্বগু করিয়া ফুটিতে আরম্ভ হইলে তিন চারি মিনিট অন্তর এক একবার হাতা দিয়া নাড়িয়া দিতে হয়। প্রথম বারে যে ফুটিতে আরম্ভ হয় তাহাই প্রথম ফুট। তার পরে হাতা দিয়া নাড়িয়া দিবার তিন, চারি মিনিট পরে আবার যে ফুটিতে থাকে তাহাকে চুফুট বলে, ইত্যাদি। সর্ব আতপ চালের ভাত ঠিক শেষ এক ফুট আগে নামাইতে হইবে। তা না হইলে তাহা সহজেই গলিয়া কাদা হইয়া যায়। কিন্তু এই

এক ফুট আগে নামাইলে ভাতের ফেন গালিতে গালিতে ভাপে ঐ বাকী অংশটুকু সিদ্ধ হইয়া গিয়া ভাত ঠিক হয়। সিদ্ধ সৰু চাল এবং মোটা চালের কিন্তু এই এক ফুট ফুটিলে তবে ঠিক ভাত হইবে। এই সকল ভাত আতপ চালের ন্যায় এক ফুট আগে নামাইলে ভাতের মাজ (ভাতের মাজ অর্থে ভাতের ভিতরে বিচিরি জায় যে একটু শক্ত থাকে) থাকিবে। ভাত সিদ্ধ হইয়া গেলে হাঁড়ি নামাইবার ঠিক পূর্বে ভাতে খানিকটা, আধ সের কি তিন পোয়া আন্ডাজ, কাঁচা জল দিতে হয়, তাহা হইলে ভাত হইতে সমস্ত ফেন ঝরিয়া গিয়া বেশ ঝঝঝে ভাত হয়। যে চালই রাঁধ না কেন সকলের পক্ষেই এই একই নিয়ম। তবে দাদখানি, মোটা চাল প্রভৃতি যে সকল চাল আপনা হইতেই ঝঝঝে হয়, সে সবে এই জল না দিলেও চলে।

ফেন গালান।— ভাতের ফেন দু'তিন প্রকারে গালান যায়। যাহার যে রকমে সুবিধা হয় সে সেই রকমে করে। যে রান্নাঘরে ফেন গালিবার জন্য স্বতন্ত্র নর্দামা আছে সেখানে নিম্ন লিখিত প্রকারে ফেন গালান হয়। নর্দামার কাছে একটা বিড়ী পাতিবে, তার পরে হাঁড়ির গলায় বেড়ী দিয়া ধরিয়া হাঁড়ি নামাইয়া (কেহ কেহ বেড়ী দিয়া ধরে না; হাঁড়ির মুখে সরি চাপা দিয়া দুইটা লেতা দিয়া হাঁড়ি এবং সরি একত্রে দু' দিক হইতে চাপিয়া ধরিয়া নামায়) সেই বিড়ার উপরে রাখিবে। তার পরে হাঁড়ির মুখে যে সরি ঢাকা রহিয়াছে সেই সরির ঠিক মধ্যস্থলে একটা লেতা ডেলা পাকাইয়া ডান হাত দিয়া চাপিয়া ধর; আর এদিকে বাঁ হাত দিয়া বেড়ী টিপিয়া ধর। এই বারে হাঁড়ি কাত করিয়া ফেন গালো। খানিকটা ফেন গালান হইলে ক্রমে ক্রমে হাঁড়িটা

সবশুদ্ধ বিড়ার উপরে ঠেকন দিয়া উপর করিয়া দাও। তার পরে সব কেন করিয়া গেলে হাঁড়ি তুলিয়া ঝাঁকড়াইয়া লইতে হইবে। তাহা হইলে সব ভাত সমান হইয়া যাইবে।

আর এক রকমে ফেন গালান যায়। হাঁড়ির মুখে সরিষা ঢাকা দিয়া দুইটা লেতা দিয়া হাঁড়ি এবং সরিষা একত্রে ধরিবে, তারপরে উনানের উপরেই কাত করিয়া ধরিবে। এ দিকে নীচে একটি গামলা রাখিতে হইবে। তাহা হইলে সেই গামলাতেই ফেন পড়িবে।

সদপ্যানে (বাঁটওয়ালা বিলাতী হাঁড়ি) ভাত রাখিলে নিম্নলিখিত প্রকারে ফেন গালিতে হইবে। হাঁড়ির মুখে তাহার ঢাকনা চাপা দিতে হইবে। ডান হাতে একটা লেতা লইয়া সরিষার মধ্যস্থলে চাপিয়া ধরিতে হইবে। আর বাঁ হাতে বাঁট ধরিয়া, হাঁড়ি কাত করিয়া ফেন গালিতে হইবে। ইহাতে বেশ সহজে ফেন গালান যায়।

আসাম প্রদেশে ফেন গালিবার জন্ত পিষ্টলের খুব বড় মাল-সার মত পাত্রের চারিদিকে জাল কাটা (ছোট ছোট ছিদ্র) থাকে। ভাত হইয়া গেলে এই বাসনে ফেন শুদ্ধ ভাত ঢালিয়া দেয়। বেশ সহজে ভাত হইতে ফেন করিয়া গিয়া ভাত স্বত্বরে হইয়া যায়। এই পাত্রকে আসামী ভাষায় “জালিকটা বরাহি” বলে। আমাদের উৎসবদির সময় রাঁধুনি বামুনেরা দেখিয়াছি একটা মাটির গানলার উপরে একটা বড় ঝুড়ি বসায় এবং এই ঝুড়িতে ভাত ঢালিয়া দেয়। ঝুড়িতে ভাত ঢালা হইলে পর হাঁড়ি নামাইয়া রাখিয়া তখন ঝুড়িটা গামলা হইতে উঠাইয়া ফেলে এবং একটা কাপড়ের উপরে ভাত ঢালিয়া রাখে। কারণ ঝুড়িতে

ভাত ঢালিতে না ঢালিতে ভাত হইতে ফেন ঝরিয়া যায়। চালু-
নিতে ও ভাত ঢালিলে ভাতের ফেন বেশ ঝরিয়া যাইতে পারে।
ভাতের ফেন বাঙ্গালীর ঘরে সচরাচর ফেলিয়া দেওয়া হয়।
ভারতের কোন কোন প্রদেশের লোকেরা ভাতের ফেন খাইয়াও
থাকে। দশকুমার চরিতের গোমিনী বৃত্তান্তে ভাতের ফেন উত্তম
পানীয়রূপে ব্যবহৃত হইয়াছে দেখা যায়। মহুঘোরা না খাইলেও
উহা ফেলিয়া না দিয়া গরু কিম্বা ছাগলকে খাইতে দিলে লাভ
আছে। গরু কিম্বা ছাগল ভাতের ফেন খুব তৃপ্তির সহিত খায়।
কেন খাইলে অধিক পারিমাণে দুগ্ধ ও দিয়া থাকে।

সকালের ভাত হইতে কুড়ি মিনিট হইতে ত্রিশ মিনিট পর্য্যন্ত
সময় লাগিতে পারে। এবং মোটা চালের ভাতে ত্রিশ হইতে
চল্লিশ মিনিট পর্য্যন্তও সময় লাগে।

ভাতের গুণাগুণ।—আয়ুর্বেদ মতে নবায় (নূতন চালের
ভাত) শ্লেষ্মাকর, স্বাদু, স্নিগ্ধ, পুষ্টিকর এবং শুক। পুরাণান্ন বিরস
রুক্ষ, পথ্য এবং অগ্নিবৃদ্ধকর। পুরাণ চালের ভাতের এই অগ্নি-
কারিত্ব এবং পথ্যত্ব গুণ থাকায় উনরাময় রোগীদিগের পক্ষে পুরাণ
চালের ভাতই সুপ্রশস্ত।

আমরা দেশীয় প্রথা অনুসারে ফেন গালিবার আগে খানিকটা
কাঁচা জল দিয়া ফেন গালিতে বলিয়া আসিয়াছি। এইরূপে
প্রস্তুত অন্ন আয়ুর্বেদ মতে লঘুপাক হয়। কাঁচা জল না দিয়াই
যদি ফেন গালান যায় তাহা হইলে তাহা গুরুপাক হয়। চরক
বলেন—

“সুধোতঃ প্রকৃতঃ স্নিগ্ধঃ সন্তপ্তশ্চোদনোলঘুঃ।

অধোতঃ প্রকৃতঃ স্নিগ্ধঃ শীতশ্চাপ্যোদনো গুরুঃ ॥”

মুসিদ্ধ অন্ন জলদ্বারা ধোত করিয়া উত্তম রূপে ফেন নিঃসরণ করতঃ উষ্ণাবস্থায় আহার করিলে তাহা লঘুপাক হয়। এবং জল দ্বারা ধোত না করিয়া যদি ফেন নিঃসরণ করা যায় তাহা হইলে সে ভাত শুকপাক হয়। ভাত শীতল হইয়া গেলেও শুকপাক হইয়া থাকে।

ভাবপ্রকাশ বলেন—

“ভক্তং বহ্নিকরংপথ্যং তর্পণং মূত্রলংলঘু
সুদোতং প্রস্কৃতং চোক্ষং বিশদ মুণবন্তরং ॥
অদোতমস্কৃতং শীতং বৃষাঙ্গুর কফপ্রদং
অতৃক্ষং বলহন্তরুং শীতং শুষ্ককর্জরং ॥”

সুদোত (কাঁচাজলে ধোত), প্রস্কৃত (নিঃসারিতফেন), উষ্ণ ও বিশদ ভাত অগ্নিবৃদ্ধিকর, পথ্য, তৃপ্তিকর, মূত্রল, লঘু ও অধিকতর গুণকরী। অদোত ও অস্কৃত (বাহার ফেন নিঃসারিত হয় নাই) অন্নশীতল, বৃষা, শুকপাক এবং কফজনক। অতিশয় উষ্ণ ভাত বলনাশক। শীতল ও শুষ্ক ভাত অতি কষ্টে জীর্ণ হয়।

১। আতপ চালের ভাত।

উপকরণ।—কামিনী আতপ আধসের, জল আড়াইসের।

প্রণালী।—তিনসের কি চারিসের জল ধরে এমন একটি তোলা হাঁড়িতে আড়াইসের জল দিয়া হাঁড়ি উনানে চড়াইয়া দাও। ইত্যবসরে চালগুলি ক্লষ্য করিয়া ঝাড়িয়া কুঁড়া, বালি কাঁকড় ইত্যাদি বাছিয়া ছ তিনবার জল বদলাইয়া ধুইয়া ফেল। সাত আট মিনিট পরে যখন জলটা ফুটিতেছে দেখিলে জলে চালগুলি ছাড়িয়া দিবে এবং সরি ঢাকিয়া দিবে। চাল দিবার সাত, আট

মিনিট পরে যখন দেখিবে কেন সরাকে তুলিয়া উত্থলিয়া উঠিতেছে; তখন সরটা খুলিয়া রাখিবে ও হাতা দিয়া ভাত নাড়িয়া দিবে এবং উনানে বাতাস দিয়া জলন্ত আঁচ করিয়া দিতে হইবে। তিন চার মিনিট অন্তর হু তিনবার হাতা দিয়া ভাত নাড়িয়া দিবে এবং দুএকবার হাতায় করিয়া ভাত তুলিয়া তর্জনী এবং বৃদ্ধাঙ্গুলিতে ভাত টিপিয়া দেখিবে ভাত সিদ্ধ হইয়াছে কি না। চাল দিবার প্রায় মিনিট কুড়ি পরে ভাত হইয়া গেলে আধসের খানেক কাঁচা জল ইহাতে ঢালিয়া দিবে। পরে লেতা লইয়া হাঁড়ির গায়ে যে সব কেন পড়িয়াছে, তাহা মুছিয়া ফেলিয়া হাঁড়িটা পরিষ্কার করিয়া লইবে।

হাঁড়ির মুখে সর চাপা দাও। কেন গালিবার নালায় কাছে একটি বিঁড়া পাত; বেড়ী করিয়া অথবা লেতা দিয়া হাঁড়ি নামাইয়া বিঁড়ার উপরে রাখ। সরার মধ্যস্থলে ডান হাতে লেতা দিয়া চাপিয়া ধর, আর বাম হাতে বেড়ীর গলা ধরিয়া হাঁড়ি কাৎকরিয়া ফেন ঝরাও। প্রায় সমস্ত কেন পড়িয়া গেলে আন্তে আন্তে লেতা ঠেক্‌ন দিয়া হাঁড়ি উপুড় করিয়া দাও। কিন্তু উপুড় করিবার সময় সরটা বরাবর খুব চাপিয়া থাকিতে হইবে, যাহাতে ভাত না পড়িয়া যায়, তার পরে আট দশ মিনিট পরে হাঁড়ি উঠাইয়া ঝাঁকড়াইয়া রাখ; তাহা হইলে যে সব ডেলা ভাত থাকিবে সব আলাদা আলাদা হইয়া ঝরঝরে হইবে। ভাত হইতে কুড়ি হইতে ত্রিশ মিনিটের মধ্যে সময় লাগে। সাধারণতঃ সকল চালের ভাতই এই প্রকারে রাখা হইয়া থাকে।

২। মোটাচালের ভাত।

উপকরণ।—মোটা চাল একসের, জল সাড়ে চার সের।

প্রণালী।—একটি পাঁচসেরী কি ছয়সেরী (যাহাতে পাঁচসের কি ছয়সের জলধরে) তোলো হাঁড়িতে সাড়ে চারসের জল চড়াইয়া দাও। চালগুলি কুলায় করিয়া ঝাড়িয়া ধানকুঁড়া ইত্যাদি বাছিয়া ফেল এবং গামলাতে চাল ঢালিয়া সাত আটবার জল বদলাইয়া খুব রগড়াইয়া ধোও। জল চড়াইবার প্রায় মিনিট পনের পরে অর্থাৎ জল গরম হইলে পর চালগুলি জলে ছাড়িয়া দাও। দশ মিনিট পরে জল উথলিয়া উঠিলে যে ফেনাগুলি উপরে দেখিতে পাইবে তাহা হাতা দিয়া ফেলিয়া দিতে হইবে। এইটা না ফেলিয়া দিলে, ভাত পরিষ্কার হয় না। এইবারে হাঁড়ির সরা খুলিয়া দাও এবং খুব জলন্ত আঁচ করিয়া দাও। ভাত খুব টগুবগু করিয়া ছুটিতে থাকুক। পাঁচ, ছয় মিনিট অন্তর এক একবার হাতা দিয়া ভাত নাড়িয়া দাও এবং হাতায় ভাত লইয়া দুই অঙ্গুলিতে টিপিয়া দেখ, ভাত কতদূর সিক্ত হইল। হাঁড়িতে চাল দিবার প্রায় আধ ঘণ্টা পরে, ভাত ঠিক হইয়া যাইবে; তখন ভাতে তিনপোয়া আন্দাজ কাঁচা জল ঢালিয়া দাও, এবং লেতাদিয়া হাঁড়ির গায়ের ফেন মুছিয়া ফেল।

এইবারে হাঁড়ির উপরে সরা ঢাকা দাও। দুই দিকে দুইটা লেতা দিয়া সরা ও হাঁড়ি একত্রে ধরিয়া উনানের ধারে সরাইয়া আন। নীচে একটি গামলা রাখিয়া হাঁড়ি কাৎ করিয়া সেই গামলার উপরে ফেন ঝরাও (ফেন অল্প প্রকারেও ঝরান যাইতে পারে প্রয়োজনীয় কথার “ফেন গালান” অংশ দেখ); তার পরে হাঁড়ি ঝাঁকড়াইয়া বিড়ার উপরে বসাইয়া রাখ।

৩। ভাত সাফ করিবার বিশেষ উপায়।

উপকরণ।—সরু চাল এক পোয়া, জল পাঁচ পোয়া, ফটকিরির খই গুঁড়া এক হুনের চামচ (মিকি কাঁচা) অথবা নেবুর রস এক চা চামচ (আধ কাঁচা)।

প্রণালী।—একডেলা ফটকিরি উনানের জলন্ত কয়লার উপরে ফেলিয়া দাও। সাত আট মিনিটের মধ্যেই খই হইয়া যাইবে। তার পরে চিমটা দিয়া তুলিয়া ফেল। তাওয়াতে চমকাইয়াও বেশ সহজে খই করা যায়। ফটকিরির খই গুঁড়াইয়া রাখ।

হাঁড়িতে জল চড়াইয়া দাও। জল গরম হইলে চাল ছাড়িয়া দাও এবং এই সঙ্গে এক চা চামচ নেবুর রস অথবা এক হুনের চামচ ফটকিরির খই গুঁড়া দাও। হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও, তার পরে জল উথলিয়া উঠিলে সঙ্গে সঙ্গে যে ফেনা উঠিবে হাতা করিয়া সেই ফেনা ফেলিয়া দাও; ক্রমে ভাত হইয়া গেলে খুব ভাল করিয়া ফেন গালিয়া একবার উনানের উপরে হাঁড়ি বসাইয়া দাও। ছ তিন মিনিট পরে হাঁড়ি নামাইয়া উনানের পাশে রাখিয়া দাও। বেশ পরিষ্কার স্বরূপে ভাত হইবে। সাধারণ ভাত অপেক্ষা বেশী সাফ হইবে।

ফটকিরি বা নেবুর রস দিলে চাল ফুটিবার সময় সমস্ত নয়লাও বাহির হইয়া যায় এবং বেশ দানা দানা ভাত হয়।

৪। নোনা ভাত বা আরস্ চর। *

উপকরণ।—চাল একপোয়া জল সাড়ে তিন পোয়া, আধ চা চামচ হুন।

* মাস্তান্নিরা এই নোনা ভাতকে আরস্ চর বলে।

প্রণালী।—হাঁড়ি করিয়া জল চড়াইয়া দাও ; জল ফুটিতে আরম্ভ হইলে তাহাতে চাল এবং ছুন (সৈন্ধব ছুন হইলেই ভাল) দিতে হইবে। দশ মিনিট ভাত খুব টগবগু করিয়া ফুটিলে পর, উনানের আঁচ কমাইয়া দিবে। মন্দা (নরম) আঁচে ধীরে ধীরে ফুটিয়া সমস্ত জল একেবারে মরিয়া গেলে ভাত ঢালিয়া ফেলিবে। গরম ভাতে এক ডেলা মাখন দিয়া গরম গরম খাইতে দিবে।

যে চাল চারি পাঁচ গুণ জলে সিদ্ধ করা যায় এবং যাহার ফেন গালিয়া ফেলা হয়, তাহাতে যদি চাল ফুটিবার সময় একটু ছুন ফেলিয়া দেওয়া যায় তাহা হইলে সে ভাতও খাইতে একটু একটু নোস্তা লাগে।

গুণাগুণ।—পূর্বে প্রয়োজনীয় কথার “ভাতের গুণাগুণ” অংশে বলিয়া আসিয়াছি যে যে ভাতে কাঁচা জল দেওয়া না হয় এবং যে ভাতের ফেন গালিয়া ফেলা না হয়, তাহা আয়ুর্বেদ মতে পুষ্টিকর এবং শুষ্কপাক। এই যুক্তিতে নোনা ভাতকেও শুষ্কপাক বলা যাইতে পারে ; কিন্তু সৈন্ধব ছুন দিয়া যদি ইহা পাক করা যায়, তাহা হইলে উদরে গিয়া ইহা শীঘ্র জীর্ণ হওয়া সম্ভব। কারণ সৈন্ধব ছুন অম্লবৃদ্ধিকর এবং শরীরের উপকারী। সকল রকমেরই সৈন্ধব ছুন ব্যবহার করাই ভাল।

৫। পোড়ের ভাত।

উপকরণ।—পুরাণ দাদখানি চাল আধপোরা, জল আড়াই সের, ঘুঁটে চল্লিশখানা।

প্রণালী।—প্রায় পনের ঘোল অঙ্গুলি উঁচু করিয়া এবং চারি-দিকে গোল করিয়া ঘুঁটে পাত। মধ্যস্থলে খানিকটা গোল ফাঁক রাখিতে হইবে তাহার ব্যাস প্রায় পাঁচ ইঞ্চি হইবে।

আড়াই পোয়া জল ধরে এই রকম একট মটির নূতন তাঁড় আন। চালগুলি ভাল করিয়া ধুইয়া ফেল। তাঁড়ে আধসের জল দিয়া ঘূঁটের উপরে বসাইয়া দাও; এইবারে ঘূঁটেতে আগুন ধরাও। জলে চাল ছাড়িয়া দাও। ভাতের আর ফেন গালিতে হইবে না। টুপ্ টুপ্ করিয়া কুটিয়া ক্রমশঃ সমস্ত জলটা এই চালে-তেই শুকাইয়া যাইবে এবং ভাতও খুদ গলা হইবে।

গুণাগুণ।—ইহা দুর্বল শরীরের পক্ষে অত্যন্ত উপকারী। ইহা ধারক, অত্যন্ত লঘুপাক এবং পুষ্টিকর। উদরাময় রোগীদের পক্ষে গাঁদালপাতার কোল প্রভৃতি দিয়া পোড়ের ভাত খাওয়া প্রশস্ত।—ঘূঁটের জ্বালও শরীরের উপকারী।

৬। ভাত মাখা।

অল্প গরম ভাত লইয়া তাহাতে মাকারি চামচের দু এক চামচ মাখম মারা ঘি মাখ, চিম্টি দুই হুন দাও, দু তিন কাঁই নূতন তেঁতুল মাখ, একট কাঁচা লঙ্কা একটু ঘসিয়া গন্ধ করিয়া লও। এইরূপে মাখিয়া খাইলে মুখের বেশ রুচি হয়।

আর এক রকমে ভাত মাখিলেও বেশ খাইতে লাগে। ভাতে ঘি মাখ, কলম্বা নেবু কাটিয়া নেবুর খোসাতে একটু হুন লাগাইয়া ঘি মাখাভাতের মধ্যখানে ঘসিয়া লও, তারপরে চারিদিকের ভাত ইহার সঙ্গে মাখিয়া লও। কলম্বা নেবু ঘসিয়া খাইতে হইলে পাথরে ঘসিলে উহা ভাল করিয়া ঘসা যায়। যত ঘসা যায় কলম্বানেবুর তত সুবাস বাহির হয়।

৭। পাস্ত ভাত।

প্রণালী।—সকালে ভাত রাঁধিয়া ঠাণ্ডা করিতে হইবে। জলে গরম ভাত দিলে পাস্ত ভাত খারাপ হইয়া যায়। “গাঢ়া” (গাঢ়)

অর্থাৎ গভীর পাত্রে ভাতগুলি রাখিতে হইবে এবং সেই ভাতের উপরে প্রায় একগিরা উঁচু করিয়া জল দিতে হইবে। সচরাচর এই ভিজান ভাতকেই পাস্তভাত বলে। ভাত অন্ততঃ একদিন জলে ভিজিলে তবে অন্ন টকটক হয় ;—এই জলই আমানি।

পাস্ত ভাত আর একটু বেশী টক করিতে চাহিলে ইহাতে একটা নেবুরস করিয়া দাও অথবা এক ছড়া তেঁতুল ফেলিয়া রাখ। জলে নেবুর পাতাও ফেলিয়া রাখিয়া দিতে পার, তাহা হইলে বেশ সৌম্যক বাহির হয়। পাস্তভাত দু তিন দিন বেশ থাকে।

পাস্তভাতের সঙ্গে উচ্ছের চড়চড়ি, ঝাল চড়চড়ি, বেগুন পোড়া, মাছ পোড়া, পটল পোড়া, অম্বল প্রভৃতি দিয়া খাইতে ভাল লাগে। মাঘ মাসে পাস্ত ভাতের সঙ্গে কড়াই সিক, কুলের অম্বল প্রভৃতি দিয়া অনেকে খাইয়া থাকে।

গুণাগুণ।—গ্রীষ্ম প্রধান দেশে গরমের সময় পাস্তভাত খাইলে শরীর ঠাণ্ডা হয় বলিয়া মনে হয় কিন্তু পাস্তভাত আয়ুর্বেদ মতে শরীরের অপকারী। ইহা ত্রিদোষের (বাত পিত্ত শ্লেষ্মার) প্রকোপ-কর এবং রুক্ষ।

“ত্রিদোষ কোপনং রুক্ষং বার্য্যায়ং নিশিনংস্থিতং”।—(রাজসংহিতা)

৮। পাস্ত ভাত (দ্বিতীয় প্রকার।)

প্রণালী।—দুই সের কি তিন সের জল ধরে, এমন একট নূতন হাঁড়ি আনিয়া বেশ পরিষ্কার করিয়া ধোও। এক হাঁড়ি জল দাও আর প্রায় আধ কুনিকা (আড়াইছটাক) চালের ভাত ইহাতে দাও। হাঁড়ির মুখে একখানি কাপড় দিয়া বাঁধিয়া রাখ। তিন চারি

দিন এই হাঁড়ি হইতে আর আমানি তুলিবে না, কেবল প্রতিদিন সকাল হইতে সন্ধ্যা পর্য্যন্ত রোদে দিতে হইবে। সকালে ভাত রাঁধা হইলে ভাত ঠাণ্ডা করিয়া মুঠাখানেক করিয়া ভাত ঐ জলীয় ভাতের উপরেই প্রতাহ দিবে। দিন চারি পরে দেখিবে, এই আমানি কেমন পরিকার তক্কত্ করিতে থাকিবে। ইহার আমানি খাইয়া থাকে, ভাত খায় না। এই আমানি তুলিয়া লইয়া টাটকা ভাতের সহিত মাখিয়া খাইতেও পার।

৯। সাতলান আমানি।

ভাতে জল দিয়া, কলস্বানেবুর পাতা এবং একটু নুন দিয়া রাখিবে; পর দিন আমানিতে তাহার ভাতগুলা কচলাইয়া গুলিয়া লইবে এবং সিটা ফেলিয়া দিবে।

এইবারে একটা লোহার হাতাতে অতি সামান্য ঘি দিয়া আঙুলের উপরে ধর; ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইলে সরিষা আর জিরা ফোড়ন দিবে, চুরচুর করিয়া উঠিলে হাতাটা আমানির ভিতরে ডুবাইয়া দিবে, তাহা হইলেই সাতলান হইয়া যাইবে। এইরূপ সাতলানকে “হাতা পোড়া সাতলান” বলে।

১০। ভাতের মণ্ড।

উপকরণ।—চাল এক ছটাক, জল চৌদ্দছটাক।

প্রণালী।—একটা দেড়সেরী নূতন হাঁড়িতে চৌদ্দছটাক জল চড়াইয়া দাও; চালগুলি ধুইয়া বাছিয়া তাহাতে ছাড়িয়া দাও। যত চাল দিবে তাহার চৌদ্দগুণ জল দিতে হইবে। আধ ঘণ্টা পরে দেখিবে যে ভাত খুব গলিয়া গিয়াছে তখন হাঁড়ির মুখে সরা চাপা দিয়া হাঁড়িটা উপুড় করিয়া দাও, যে টুকু ফেন থাকিবে সব ঝরিয়া যাইবে।

এইবারে একছটাক গরম জলে ভাতগুলি কচলাইয়া জলে ভাতে মিশাইয়া ফেল এবং একটী পাতলা কাপড়ে উহা ছাঁক । সিটাগুলি ফেলিয়া দাও । ভাতের সিটা বর্জিত রসকে ভাতের মণ্ড বলে ।

গুণাগুণ ।—ইহার সহিত সৈন্ধব নুন ও গুঁঠ মিশ্রিত করিয়া খাইলে ইহা অগ্ন্যুদ্বীপক এবং পাচন (হজমী) হয় ।

“মণ্ডোগ্রাহী লঘুঃ শীতো দীপনোদাতৃসাম্যকুৎ ।

জরয় স্তপ্ৰণোবল্যঃ পিত্তশ্লেষ্ম শ্রমাপহঃ ॥”—(ভাঃ প্রঃ)

মণ্ড ধারক, লঘু, শীতল, অগ্ন্যুদ্বীপক, দাতৃ সাম্যকারী, জর নাশক, তৃপ্তিজনক, বলকারক, এবং পিত্ত, শ্লেষ্মা ও শ্রমের শাস্তিকারক ।

১২। ফেন্সা ভাত ।

উপকরণ ।—কামিনী আতপ চাল এক পোয়া, জল দেড় সের, ছুন এক ছুনের চামচ ।

প্রণালী ।—ফেন্সা ভাত অর্থে ফেনে ভাতে মিশ্রিত ভাত । ইহার ফেন আর গালিতে হয় না ।

চালগুলি বাছিয়া ধুইয়া রাখ । হাঁড়িতে দেড়সের জল চড়াইয়া দাও ; জল ফুটিয়া উঠিলে চালগুলি জলে ছাড়িয়া দাও । ক্রমে ভাত সিদ্ধ হইয়া আসিলে এক ছুনের চামচ ছুন দাও এবং ক্রমাগত হাতা দিয়া ভাত ঘাঁটিয়া আস্ত চালগুলো ভাঙ্গিয়া ভাঙ্গিয়া দাও । যখন দেখিবে ভাতে আর ফেনে বেশ মিশিয়া থকথকে হইয়াছে তখন নামাইবে । জলে চাল দিবার প্রায় মিনিট পঁয়ত্রিশ পরে এ ভাত নামাইতে হইবে ।

গরম গরম ফেন্সা ভাত মাথম-মারা ঘি দিয়া এবং নানা

প্রকার ভাতেভাত, পোড়া, এবং ভাজি তরকারী দিয়া খাইতে হয়—তবে ভাল লাগে । ইহা সচরাচর শীতকালে কি বর্ষাকালে সকলে খাইয়া থাকে । আতপ চালেরই ফেনসা ভাত ভাল হয় ।

যে সকল ভাতেভাত এবং ভাজিভুজি তরকারি দিয়া ফেনসা ভাত খাইতে হয় নিম্নে তাহাদিগের কতকগুলির উল্লেখ করা যাইতেছে । ডাল, আলু, কাঁটালবিচি, আমড়া, ডেঙ্গোড়াটা, জলপাই, সিম, পটল, ইত্যাদি তরকারি ভাতে অথবা সিদ্ধ করিয়া তেল বা ঘি এবং হুন মাখিয়া ফেনসা ভাতের সঙ্গে খাইতে দেওয়া যায় । চিঙ্গড়িমাছ সিদ্ধ এবং হাঁসের ডিম সিদ্ধও ঐরূপে মাখিয়া দেওয়া যায় । বিলাতি কুমড়া এবং বিলাতি কুমড়ার ফুল ভাজা, নারিকেল ভাজা, বড়ি ভাজা, ইলিশ প্রভৃতি মাছ ভাজা, তেলহুন মাখা বেগুন পোড়া, কুলুরি ইত্যাদি ভাজিভুজিও ফেনসা ভাতের সঙ্গে খাইতে ভাল লাগে । ভাতেভাত এবং ভাজিভুজির বিষয় পৃথক পৃথক বিভাগে বিশেষ করিয়া বলা যাইবে ।

১২। মাদ্রাজী ফেনসা ভাত ।

উপকরণ।—আতপ চাল এক পোয়া, জল পাঁচ পোয়া, হুন দেড় চা চামচ (পোন কাঁচা), পেঁয়াজ একটা, কাঁচা লঙ্কা দুইটা, আদা এক গিরা, ঘি এক কাঁচা ।

প্রণালী।—চালগুলি বাছিয়া ধুইয়া লও । পেঁয়াজটা কুচি কুচি করিয়া কাট, কাঁচা লঙ্কা দুটি চিরিয়া রাখ, আর আদা চাকা চাকা করিয়া বানাও ।

একটি হাঁড়িতে চাল, লঙ্কা, আদা, পেঁয়াজ, জল এবং হুন সব একত্র রাখিয়া হাঁড়ির মুখে সরা ঢাকা দিয়া উনানে চড়াইয়া

দাও। জল উথলিয়া উঠিলে সরিষা খুলিয়া রাখিবে। কুড়ি কি পঁচিশ মিনিট পরে দেখিবে চাল বেশ সিদ্ধ হইয়া ভাত হইয়া গিয়াছে, তখন ভাল ঘুটুনি ঘুরাইয়া ঘুরাইয়া ভাত খুব ঘুটুয়া দাও। তার পরেও হাঁড়ি নামাইয়া কাঠের হাতা দিয়া ভাতগুলো ভাঙ্গিয়া দাও, যাহাতে ভাতে ফেনে অনেকটা মিশিয়া যায়। তার পরে পুনরায় হাঁড়ি চড়াইয়া হু এক বার ফুটিলে পর নামাইবার ঠিক আগে এক কাঁচা খুব ভাল গাওয়া অথবা মাখম মায়া ঘি ছড়াইয়া দিয়া ভাতটা হাতা দিয়া নাড়িয়া মিনিট দুই পরে নামাইবে এবং গরম গরম খাইতে দিবে।

১৩। মালাইফেন্সা ভাত।

উপকরণ।—আতপচাল এক পোয়া, জল একসের, ছুন দেড় চা চামচ (পোন কাঁচা), নারিকেল একটি, পেঁয়াজ একটা, কাঁচা লঙ্কা দুইটা, আদা একগিরা।

প্রণালী।—একসের জল গরম করিতে চড়াইয়া দাও। নারিকেলটা দুই আধখানা করিয়া ভাঙ্গিয়া ইহার জল স্বতন্ত্র পাত্রে রাখিয়া নারিকেল কুরিয়া ফেল। একটি নুতন টুকরা কাপড়ে এই কোরা নারিকেল রাখিয়া নিংড়াইয়া যতটা দুধ বাহির করিতে পার কর। তারপরে ঐ একসের গরম জলে নারিকেল কোরার বাকি ছিবড়াগুলো গুলিয়া আবার কাপড়ে নিংড়াইয়া অবশিষ্ট দুধটা বাহির কর। নারিকেলের খাঁটি দুধ আর ছিবড়া ছাঁকা জলীয় দুধ (একসের টাক্) আলাদা আলাদা পাত্রে রাখ। পেঁয়াজটা কুচি কর, আদা চাকা করিয়া কাট, দুইটা কাঁচা লঙ্কা চিরিয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে চাল, নারিকেলের ছিবড়া ছাঁকা জলীয় দুধ

(একসের ঢাক), মুন, লঙ্কা, আদা ও পেঁয়াজ কুচি সব একত্র রাখিয়া হাঁড়ির মুখে সরিষা ঢাকা দিয়া উনানে চড়াইয়া দাও। জল উথলিয়া উঠিলে সরিষা খুলিয়া রাখিবে। কুড়ি কি পঁচিশ মিনিট পরে দেখিবে চালসিদ্ধ হইয়া ভাত হইয়া গিয়াছে। তখন ডাল ঘুটুনি এই ভাতের ভিতরে রাখিয়া ঘুরাইয়া ঘুরাইয়া খুব ঘুটিয়া দাও। উনানের উপরে হাঁড়ি রাখিয়া যদি ঘুটিয়া দিবার সুবিধা না হয় তাহা হইলে হাঁড়ি উনান হইতে নামাইয়া তারপরে ঘুটিয়া দিবে। এমনি ঘুটিয়া দেওয়া চাহি যে বাহাতে ভাত ভাঙ্গিয়া ভাঙ্গিয়া কেনের সঙ্গে অনেকটা মিশিয়া যায়। যদি ডাল ঘুটুনি না থাকে তাহা হইলে হাঁড়ির ভিতরে পাথরের দিকে হাতার পিছন দিক দিয়া ঘষিয়া ঘষিয়া ভাত খুব মাড়িয়া দিলেও হয়। কলাই করা হাঁড়িতে একপে হাতা দিয়া ভাত মাড়িতে পারা যায়, কিন্তু মাটির হাঁড়িতে তাহা পারা যায় না।

ভাতে ফেনে মিশিয়া গেলে খাঁটি নারিকেল দুখটা ইহাতে ঢালিয়া দাও। দশ পনর মিনিট আরো ফুটিতে দাও। এই নারিকেল দুখ দিলে ভাতে খুব ভাল গন্ধ বাহির হয়। তারপরে নামাইয়া গরম গরম খাইতে দিবে।

মাদ্রাজ উপকূলবাসীরা মালাই ফেন্সা ভাত, শুটুকি মাছ পোড়া দিয়া খাইতে ভাল বাসে।

নিরামিষ পোলাও।

প্রয়োজনীয় কথা।

চাল।—সামান্য ভাতও রাঁধিবার শুণে যে রাজভোগ্য খাদ্যে পরিণত হইতে পারে, পোলাও তাহার প্রমাণ। পোলাও রাঁধিতে

হইলে ভাজা খুদ খুদ চালে রাঁধিলে চলিবে না। ঐরূপ চালে রাঁধিলে পোলাও গলা গলা এবং দেখিতে খারাপ হয়। চাল আস্ত হইলে পোলাওয়ের ভাত দানা দানা হয়। পোলাও রাঁধিবার সময় বরাবর দৃষ্টি রাখিতে হইবে যে যেন পোলাওয়ের ভাত কাদা হইয়া না যায়, বেশ ঝর ঝরে ভাত হয়।

পোলাও সিদ্ধ চালেও হয় আতপ চালেও হয়। নূতন আতপ চাল সহজেই গলিয়া কাদা হইয়া যায় এই জন্য ছতিন বৎসরের পুরাণ চাল পোলাও রাঁধিতে ভাল। পোলাও রাঁধিতে হইলে সৰু সৰু দেখিয়া চাল কিনিতে হইবে। সিদ্ধ চালের অপেক্ষা আতপ চালের পোলাওয়ের আশ্বাদ ভাল হয়। সিদ্ধ চালের পোলাও কিন্তু সহজেই বেশ ঝরঝরে হইয়া যায়। বাকতুলসী, চিনিশর্কর, বাসমতী, পেশোয়ারি, চামরমণি প্রভৃতি চাল, পোলাও রাঁধিবার চাল।

পোলাওয়ের দানা দানা ঝরঝরে ভাত করিবার জন্য ইহার চাল খানিকক্ষণ জলে ভিজাইয়া রাখিলে ভাল। রাঁধিবার প্রায় একঘণ্টা পূর্বে চালগুলি পরিষ্কার করিয়া বাছিয়া ধুইয়া ভিজাইতে দিবে। আধঘণ্টা খানেক ভিজিলে তারপরে একটি চালু ত বা কুলায় বা একখানি থালাতে বিছাইয়া রৌদ্রে অথবা বাতাসে আর আধঘণ্টা প্রায় শুকাইতে দিতে হয়। এই চাল দিয়ে ভাজিয়া পোলাও রাঁধিলে ভাত ঝরঝরে যেন ফুলের মত হয়।

উপকরণ।—পোলাও সুস্বাদু করা যায় নানা উপকরণের সাহায্যে। নানা প্রকার রসাল ফল অনেক সময়ে পোলাওয়ের প্রদান উপকরণ হইয়া উহার আশ্বাদ অধিকতর মনোরম করিয়া তুলে। ফলের সহিত প্রস্তুত করিবার কালে ফলগুলি প্রথমে মিষ্ট

রসে পাক করিয়া লইয়া তৎপরে উহা পোলাওয়ের সঙ্গে মিশাইতে হয়।

বাদাম, পেস্তা, এবং কিসমিস ইহারা প্রায় সকল পোলাওয়েই ব্যবহৃত হয়। ইহারা খাদ্যের “সোহাগ” উৎপাদন করে। বাদাম ও পেস্তাগুলি অল্প গরম জলে ভিজিতে দিলে শীঘ্র খোসা ছাড়ান যায়। পোলাওয়ে বাদাম ও পেস্তা খোসা না ছাড়াইয়া ব্যবহার করা যায় না। কিসমিসগুলি বোটা ছাড়াইয়া জলে ধুইয়া লইলেই চলে। বাদাম কি পেস্তা ঠাণ্ডা জলে ভিজিতে দিলে ভিজিতে একটু দেৱী লাগে। ঠাণ্ডা জলে ভিজাইয়া রৌদ্রে রাখিয়া দিলেও ইহারা শীঘ্র ভিজিয়া উঠে।

সৌগন্ধের জন্য সচরাচর জাফরাণ এবং গোলাপজল দিয়া থাকে। জাফরাণের রংএ পোলাও দেখিতেও অতি মনোমুগ্ধকর হয়। জাফরাণ একটু দুধে অথবা গোলাপ জলে অন্ততঃ মিনিট পনের ভিজাইয়া তারপরে উহাতেই গুলিয়া লইতে হইবে। পূর্বে রাজরাজড়াদিগের খাদ্যে কস্তুরীও গন্ধের জন্য ব্যবহৃত হইত। কিন্তু এক্ষণে ইহার তত প্রচলন নাই। দুই এক রতি কস্তুরী একটু জলে বা গোলাপজলে ঘসিয়া পোলাওয়ে উহার ছিটা দিলেই বেশ সুগন্ধ হইবে।

অনেক পোলাওয়ে গরম মশলাগুলি তিন ভাগে বিভক্ত করিয়া লওয়া হয়। আঁখনির মশলা, ফাঁকি মশলা, আর চাল মাখা মশলা। আলাদা আলাদা করিয়া এগুলি গুছাইয়া রাখিলে পাচকের সুবিধা হয়। যে সকল মশলা আঁখনিতে লাগে সেই সকলই আঁখনির মশলা। যে সকল মশলা মিহি করিয়া গুঁড়াইয়া তাহা আবার পাতলা কাপড়ে করিয়া ছাঁকিয়া লওয়া যায় তাহাই ফাঁকি

মশলা। যে সকল মশলা চালের সঙ্গে মাখিয়া লইতে হয় তাহাই চালমাখা মশলা। ফাঁকি মশলাও প্রকৃত পক্ষে চালমাখা মশলা, কারণ ফাঁকি মশলাও চালের সহিত মাখা যায়।

সকল পোলাওয়ে আঁখনির মশলা, ফাঁকি মশলা এবং চালমাখা মশলা লাগে না। কোন কোন পোলাওয়ের আত্মাদ ইহাপেক্ষা অল্প মশলাতেই বেশ ভাল হয়। কিন্তু যে রকম পোলাও রান্না না কেন সবেতেই যি আর গুটিকত গরমমশলা দেওয়া চাইই। গরম মশলা বলিলে যদিও অনেক প্রকার মশলা উহার অন্তর্ভুক্ত হইয়া পড়ে, কিন্তু গরমমশলা গুঁড়া বলিলে, সচরাচর লঙ্গ, দার-চিনি, ছোট এলাচ এই তিন দ্রব্যের গুঁড়া ব্যবহার করা যায়। এতদ্ব্যতীত জৈত্রী, জায়ফল, সা-ছিরা, সা-মরিচ, ইহাদিগকেও সময়ে সময়ে গুঁড়া করিয়া লইতে হয়।

পোলাওয়ের যি সুগন্ধ করিবার জন্য লঙ্গ, দারচিনি, ছোট এলাচ, জৈত্রী, তেজপাতা এই সকল অথবা ইহাদিগের মধ্যে কোন ছোট একটি গরম মশলা দিয়া উহা অনেক সময়ে দাগ্ দিয়া লইতে হয়। যি আঁগুনে চড়াইবার পর গলিয়া যাইলে উহাতে গরম মশলাগুলি ফেলিয়া দিয়া মিনিট দুই পরে নামাইবে। যখন দেখিবে লঙ্গ, ছোট এলাচ প্রভৃতি ফুটফাট করিয়া থামিয়া গেল তখন নামাইতে হইবে। ইহার নাম যি দাগ দেওয়া। অনেক সময়ে ঘিয়ে পেরোজ কুচা লাল করিয়া ভাজিয়া (ব্রাউন করিয়া) উহাকে সুগন্ধ করা হয়। সচরাচর মহিষের ঘিয়ে বা গাওয়া ঘিয়ে, সমস্ত রন্ধন কার্য্য চলে। মূতা মাখনের যি কিম্বা সরের যি রান্নায় ব্যবহার করিলে খাণ্ড অধিকতর সুস্বাদু হয়।

আঁখনি।— ভাত যেমন শুধু জল দিয়া প্রস্তুত হইয়া থাকে,

পোলাও তেমন মাংসযুষ দিয়া রন্ধন হইয়া থাকে। এই মাংস যুষকে আঁখনি বলা হয়। পোলাওয়ের মূলগত অর্থ ধরিয়া করিতে গেলে মাংসযুষ দিয়াই করিবার কথা, কিন্তু নিরামিষ পোলাওকে তো আর মাংস দিলে চলিবেনা, তাই আমরা মাংসযুষের পরিবর্তে ভিন্ন ভিন্ন প্রকার উপকরণ দিয়া আঁখনি প্রস্তুত করি। ইহাতেও মাংসের স্থায় উত্তম আস্বাদ হইয়া থাকে। কোন কোন নিরামিষ পোলাওয়ে মাংসের আঁখনির পরিবর্তে ছোলায় ডাল এবং অন্যান্য গরম মশলা দ্বারা আঁখনি করা যায়। নিরামিষ পোলাওয়ের আঁখনিতে পেঁয়াজ ইচ্ছা হয় দাও ইচ্ছা না হয় নাই দাও। অনেক সময়ে ছব এবং দহিতেও আঁখনি করা হয়। পোলাওয়ের চাল সিদ্ধ করিবার জন্য এক হাঁড়ি আঁখনির জল দিলে হইবে না। ইহাতে অধিক জল হইলে ভাত কাদা হইয়া যাইবে। পোলাওয়ের আঁখনির বা জলের একটা নির্দিষ্ট পরিমাণ ঠিক করিয়া বলা কঠিন। তাতের জল যেমন চালের পাঁচগুণ হিসাবে দেওয়া যায়, পোলাওয়ের আঁখনি বা জলের সেইরূপ কোন নির্দিষ্ট গুণ হিসাবে দিলে চলিবে না। পোলাওয়ের জলের কম বেশ ঘি এবং উনানের আঁচের উপর অনেক সময়ে নির্ভর করে।

সচরাচর পোলাওয়ের আঁখনির একটা পরিমাণ ঠিক করিয়া লওয়া গিয়াছে এই যে যতই চালের পোলাও রাঁধ না কেন এতখানি আঁখনির জল দিতে হইবে যে সেই জল যেন চাল ছাড়াইয়া এক গিরা (তিন আঙ্গুল) উঁচু হইয়া উঠে। এই আন্দাজটুকু জানা থাকিলে পাচকদিগের পোলাও রাঁধিবার পক্ষে অনেকটা সুবিধা হইবে। অনেক সময়ে এক সের কি তিনপোয়া চালে আমরা একটি আট অঙ্গুলি কাঠি মাপিয়া লইয়া হাঁড়ির

ভিতরে ডুবাইয়া দেখি চালে জলে আট অঙ্গুলি হইয়াছে কি না, কিন্তু সাধারণতঃ পোলাও রাঁধিবার তাঁথনির হিসাব এই যে চালের উপর জল এক গিরা উঁচু থাকিবে। কিন্তু যে সকল পোলাওয়ের ভাতের তায় ফেন গালিতে হইবে সে সকল পোলাওয়ে অবশ্য বেশী জল লাগিবে, অনেকটা ভাতের হিসাবেই তাঁথনি বা জল লাগিবে।

হাঁড়ি।—পোলাও রাঁধিবার হাঁড়ি তিন প্রকার। মাটির হাঁড়ি, তামার ডেক্‌চি এবং কলাই করা লৌহ প্রভৃতি ধাতু নির্মিত সস্প্যান্ (বিলাতি হাঁড়ি)। পাথরের কলাইকরা লৌহ সস্প্যান্‌ই অধিক দিন স্থায়ী হয়। মাটির হাঁড়ি অপেক্ষা ডেক্‌চি এবং সস্প্যান্‌ই পোলাও রাঁধিবার পক্ষে সুবিধাজনক। তাম্র পাথরের কলাই উঠিয়া যায় বলিয়া পনর, ষোল দিন অন্তর উহা কালাইয়া লইতে হয়। পোলাওয়ের হাঁড়ির মুখ প্রশস্ত হওয়া আবশ্যক, যাহাতে ভিতরে চারিদিক ভালরূপে দেখা যাইতে পারে। পোলাওয়ের মাটির হাঁড়ি ভাতের হাঁড়ি অপেক্ষা পুরু হয়, বিশেষতঃ হাঁড়ির গলার কাণা (ধার) অপেক্ষাকৃত অধিক মোটা হয়। এই হাঁড়ির গায়ে ফুট ফুট দাগ দেওয়া থাকে। যজ্ঞিতে এক এক হাঁড়িতে একেবারে দশসের, বারসের করিয়া পোলাও রাঁধা হইয়া থাকে। পোলাও একেবারে বেশী করিয়া রাঁধাই ভাল এবং তাহাতে সুবিধাও আছে। কারণ অধিকাংশ সময়ে পোলাও ভাতের তায় চালের অপেক্ষা চার পাঁচ গুণ বেশী জল দিয়া রাঁধা যায় না। কাজেই ভাতের তায় ইহার ফেনও অধিকাংশ সময়ে গালিতে হয় না। পোলাও রাঁধিবার সময় হাঁড়ির মুখ প্রায় বরাবরই যেন সরা দিয়া বন্ধ রাখা হয়।

আঁচ। —পোলাও রাঁধিবার কালে মলা বা নরম আঁচে ঢাকা সমেত হাঁড়ি বসাইয়া দিতে হয় তাহারই নাম হাঁড়ি দমে বসান। নরম আঁচের জন্ত কাঠ কয়লাই উত্তম। কাঠের কয়লার অভাবে নিবস্ত পাথরে কয়লার আঁচে রাখিলেও হইতে পারে। ছাই চাপা দিয়া পাথরে কয়লার আঁচ নিবস্ত করিতে হয়। কাঠের আলো রাঁধিবার কালে কাঠ উসকাইয়া জলন্ত আঁচ করিয়া দিতে হয়; এবং নরম আঁচের সময় সেই কাঠের কয়লার আশুগেই হইয়া যায়।

অনুভোজন। —অনুপানের গুণে যেমন ঔষধের গুণ হয়, সেইরূপ গুণে যেমন সেনাপতির খ্যাতিবর্দ্ধিত হয়, সেইরূপ আনুভঙ্গিক খাদ্যের গুণে প্রধান খাদ্য সমধিক রুচিকর হইয়া উঠে। এই কারণেই ভাতের সঙ্গে তরকারি প্রভৃতি চাই। এই আনুভঙ্গিক খাদ্যকে অনুভোজন বলা গেল। পোলাওয়ের অনুভোজন বিধি নিম্নে বলিতেছি। সচরাচর নোস্তা পোলাও, কোপ্তা, কোন্দা, কালিয়া, দোপেঁয়াজা, কারি এই সকল দিয়া খাওয়া বিধি। এবং মিষ্ট পোলাও “মিঠাখাড়া” বা টক মিষ্টি চাটনী, ফলের ‘ইষ্টু’ বা ঝোল মোরব্বা (Stew), গুরু কোপ্তা এবং ফিণি (এক প্রকার পরমান্ন) প্রভৃতি দিয়াও খাইতে ভাল। মিষ্টি পোলাও মিষ্টানের সময় অর্থাৎ আহরণেবে খাওয়া উচিত। আহরণ মধুরে সমাপন করাই ভাল।

পোলাওয়ের গুণাগুণ। —পোলাও বহু প্রাচীন কাল হইতে ভারতে প্রচলিত আছে। ইহার গুণাগুণ সম্বন্ধে সাধারণ ভাবে মহর্ষি চরক আয়ুর্কর্মেদে যাহা বলিয়াছেন নিম্নে তাহাই উদ্ধৃত করা গেল।

“মাংসশাকদ্রব্যৈঃ তলয়তমজ্জকলৌদনাঃ।

বল্যাঃ সন্তপ্ণা হৃদ্যা গুরুবোবৃংহয়ন্তি চ॥” (চরক)

মাংস, শাক, বসা, তৈল, স্নাত, মজ্জা এবং নানাবিধ ফলের সহিত অন্নপাক করিলে উহা বলকারক, তৃপ্তিকর, হৃদয়, শুক-পাক এবং মাংসাদির পুষ্টিসাধক হয় ।

১৪। মাখম ভাত ।

উপকরণ।—সকচাল এক পোয়া, জল পাঁচ পোয়া, মূঢ়ামাখন বা মাখনের ঘি একছটাক, নুন আধ চা চামচ ।

প্রণালী।—চালগুলি ধুইয়া বাছিয়া রাখ । একটি হাঁড়িতে পাঁচ পোয়া জল চড়াইয়া দাও । জল ফুটিতে আরম্ভ হইলে উহাতে চালগুলি ছাড়িয়া দাও । ভাতের দু এক ফুট থাকিতে অর্থাৎ ভাতের মাজ থাকিতেই ভাত নামাইয়া উহার ফেন ঝরাইয়া ফেল । এইবারে আর একটি হাঁড়ি চড়াইয়া উহাতে এক ছটাক মাখন ছাড়িয়া দাও । মাখন একটু গরম হইলে উহাতে ভাতগুলো চালিয়া দাও এবং আধ চা চামচ নুন ছড়াইয়া দাও । হাঁড়ি ঝাঁক-ড়াইয়া ঝাঁকড়াইয়া নুন আর ঘি ভাতের সহিত মিশাইয়া লও । হাঁড়ির মুখ খুব ভাল করিয়া বন্ধ করিয়া দিয়া নরম আঁচে (কাঠের কয়লার বা নিবস্ত পাথরে কয়লার) হাঁড়ি বসাইয়া রাখ । মিনিট দশ থাকিলেই ভাত নরম হইয়া যাইবে । সর্বসমেত কুড়ি মিনিটে ত্রিশ মিনিট পর্য্যন্ত সময় লাগিবে ।

১৫। নোস্তা ঘিভাত ।

উপকরণ।—সকচাল (বা কতুলদী প্রভৃতি) এক সের, জল পাঁচ সের, ছোট এলাচ চারিটা, দারচিনি দু গিরা, লঙ্গ চারিটা, তেজ-পাতা দুটি, নুন দেড় মাঝারি চামচ (দেড় কাঁচা), ঘি আধ পোয়া, দিশি পেঁয়াজ বারটা,

প্রণালী।—এক সের চাল লও । তাহা ঝাড়িয়া, ধান ইত্যাদি

বাছিয়া, ধুইয়া ফেল। আগে পেঁয়াজগুলি লম্বাদিকে কুঁচাইয়া বেশ লাল করিয়া ঘিয়ে ভাজিয়া লও। এক ছটাক বি চড়াইয়া দু এক মিনিট পরেই পেঁয়াজ কুচিগুলি উহাতে দিবে এবং ক্ষণে ক্ষণে নাড়িতে থাকিবে। মিনিট চারি পাঁচ পরেই নামাইবে। যে হাঁড়িতে পোলাও রাধিবে সেই হাঁড়িতে অথবা কড়ায় পেঁয়াজ ভাজিয়া লইতে পার। পেঁয়াজ-কুচাগুলি ঘিয়ে ভাজিয়া ভাতের হাঁড়ির ঢাকনার উপরে রাখিয়া দিবে, তাহা হইলে গরমে বেশ মুচমুচে থাকিবে।

এইবারে একটি পোলাওয়ের হাঁড়িতে (ডেক্টি বা সম্পান্ বা মাটির হাঁড়ি) পাঁচ সের জল চড়াও। জল ফুটিয়া উঠিলে চালগুলি জলে ছাড়িয়া দাও। ভাত ফুটিলে পর যখন দেখিবে ভাতের আর দু এক ফুট বাকী রহিয়াছে (অর্থাৎ তর্জনী আর বৃদ্ধা এই দুই আঙ্গুলে করিয়া টিপিয়া দেখিলে যখন দেখিবে ভাতের ভিতরে মাজ বা শক্ত আছে,) তখন খানিকটা ফেন গালিয়া হাঁড়িটা আবার উনানে চড়াইয়া দিবে। তিন পোয়া আন্দাজ ফেন হাঁড়ির মধ্যে ভাতের সঙ্গে থাকিবে, সেটুকু আর গালিয়া ফেলিতে হইবে না। এইবারে ইহাতে ছাড়ান চারিটি ছোট এলাচ, দারচিনি দু গিরা ও লঙ্গ চারিটি ফেলিয়া দাও, দুখানি তেজপাতা এবং প্রায় দেড় মাঝারি চামচ মুন দাও। ক্রমে যখন দেখিবে ভাতের গায়ে জলটা চুড়-বুড় করিতেছে, যেন কাটাকাটা হইয়া যাইতেছে, তখন ইহাতে খুব ভাল গাওয়া ঘি আধ পোয়া ঢালিয়া দিবে। খুস্তি দিয়া ভাতটা দু একবার নাড়িয়া দিবে। ঘি দিবার মিনিট দুই পরে হাঁড়ি নামাইবে।

এইবারে নরম আঁচে (কাঠের কয়লার অথবা গুলের কিষা নিবন্ত পাথরে কয়লার) হাঁড়িটা দমে বসাইয়া রাখ। যা জল আছে আস্তে আস্তে সব মরিয়া গিয়া ভাত ঘিয়ের সহিত মিশিয়া বেশ ঝরঝরে হইয়া যাক। মিনিট দশ পনের দমে বসাইয়া রাখিলেই ঠিক ভাত হইয়া যাইবে। তার পরে ভাত গুলা একটি বাসনে ঢালিয়া তাহার উপরে সেই ভাঙ্গা পেঁয়াজগুলি হাতে করিয়া আধ গুঁড়াইয়া ছড়াইয়া দাও।

১৬। মিষ্টি বি ভাত।

উপকরণ।—ভাত আধপোয়া (প্রায় আধ কুনিকা), চিনি আধ পোয়া, চিনির রসের জন্য জল এক ছটাক, ছোট এলাচ দুইটা, লঙ্গ চারিটা, দারচিনি দুই গিরা। কিসমিস আধ ছটাক, বাদাম আধ ছটাক, ঘি এক ছটাক, গোলাপজল এক মাঝারি চামচ (এক কাঁচা)।

প্রণালী।—অনেক সময়ে আহারশেষে আমাদের ভাত বাকী থাকিলে তাহা কোন কাষে আসিবে না ভাবিয়া ফেলিয়া দিই। কিন্তু সে ভাত হইতেও আবার নূতন প্রকারের সুস্বাদু খাদ্য সামগ্রী প্রস্তুত করা যাইতে পারে।

প্রথমে আধ পোয়া চিনিতে এক ছটাক জল দিয়া একটা কড়াতে রস চড়াইয়া দাও। সম্পূর্ণ কিষা ডেক্টিতে পোলাও রাখিলে রস চড়াইবার জন্য আর স্বতন্ত্র কড়ার বিশেষ আবশ্যক হয় না। প্রায় পাঁচ সাত মিনিটের মধ্যে রস হইয়া যাইবে—আধ পোয়াটাক রস হইবে; রসটা একটা বাটীতে ঢালিয়া রাখ। রস চড়াইয়াই ইতি মধ্যে কিসমিসগুলি ধুইয়া বাছিয়া রাখিবে। এবং পূর্ব হইতে ভিজান বাদামগুলির খোসা ছাড়াইয়া কুচি কুচি করিয়া কাটিয়া রাখিবে।

তারপরে ঐ রসের পাত্রটি খুইয়া একটা লেতা দিয়া মুছিয়া লইয়া উহাতেই এক ছটাক ঘি চড়াইয়া দাও। ঘিয়ে গরমমশলা-গুলি (ছোট এলাচ দুইটা, লঙ্গ চারিটা, দারচিনি দু গিয়া) ছাড়িয়া দাও। যখন দেখিবে ঘিয়েতে যতই খুন্সি দিতেছ, কি কড়াটা ধরিয়া নাড়িতেছে, তবু কিছুতেই ঘি আর চড়-বড় করিতেছে না, তখন বুঝিবে ঘিয়ে দাগ দেওয়া হইয়াছে। তখন আরো দেখিবে যে ঘি হইতে খুব ধোঁয়া উঠিতেছে, এই সময়েই ঘি নামাইয়া ফেলিতে হইবে। ঘি আগুনে চড়াইবার পর চার পাঁচ মিনিটের মধ্যেই ঘি দাগ দেওয়া হইয়া যায়।

এই বারে একটি পোলাওয়ের হাঁড়ি (নাটির হাঁড়ি কিম্বা ডেক্চি কিম্বা বিলাতি সসপ্যান) আন। হাঁড়ির ভিতরে প্রথমে এক চামচ দাগি ঘি আর এক চামচ রস ছড়াইয়া দাও। ইহার পর এক মুঠা ভাত লইয়া হাঁড়ির মধ্যে চারিদিকে গোল করিয়া ছড়াইয়া দাও। কতকগুলি কিসমিস ও বাদাম কুচি ভাতের উপরে ছড়াইয়া দিয়া উহার উপরে চামচে করিয়া একটু দাগি ঘি ও একটু রস ছড়াইয়া দাও, ঘি ও রস দিবার পর আবার ভাত ছড়াইয়া দাও। আবার কিসমিস, বাদাম, ঘি এবং রস দাও। যতবার এইরূপে ভাত দিবে ততবার উহার উপরে কিসমিস, বাদাম, ঘি এবং রস দিবে। শেষকালে সব ভাতটা হাঁড়ির মধ্যে দেওয়া হইয়া গেলেও কিসমিস বাদাম প্রভৃতি যাহা অবশিষ্ট থাকিবে সে সবও ভাতের উপরে ছড়াইয়া দিবে।

এইরূপে হাঁড়ির মধ্যে ভাত সাজান হইয়া গেলে নরম আঁচে (কাঠি কয়লার কিম্বা নিবন্ত পাথরে কয়লার) হাঁড়ি ঢাকা সমেত গন্ধে বসাইয়া দিতে হইবে। ভাত রসে এবং ঘিয়ে মজিয়া উঠিবে।

দমে চড়াইবার মিনিট সাত আট পরে যখন দেখিবে ভাতের অন্ন বাদামী রং হইয়া আসিয়াছে তখন ভাত নামাইবে। এইবার হাঁড়িটা একবার ঢুলাইয়া বাসনে ভাত ঢালিয়া দিবে।

ইচ্ছামত ইহাতে ভাজা পেঁয়াজ হাতে করিয়া আধ গুঁড়াইয়া ছড়াইয়া দিতে পার। (উপরি লিখিত “নোস্তা ঘি ভাত” দেখ - কি রূপে পেঁয়াজ ভাজিতে হয় তাহা উহাতে লেখা গিয়াছে।)

ইহাতে যদি গোলাপের গন্ধ করিতে চাহ তো যে সময় গোলাপের রস ও ঘি ছড়াইয়া দিবে সেই সময়ে গোলাপজলও একটু একটু ছড়াইয়া দিবে।

১৭। মিঠা চাউল।

উপকরণ।—চুণেওয়ালা চাল * এক পোয়া, জল এক সের, চিনি আধ পোয়া, ঘি দেড় ছটাক, লঙ্গ পাঁচ ছয়টা।

প্রণালী।—এক পোয়া চুণেওয়ালা চাল বেশ করিয়া বাছিয়া ছ হাত দিয়া একবার রগড়াইয়া লও। চালের চুণগুলি মুছিয়া ফেলাই এই রগড়াইবার অতিপ্রায়। রগড়াইয়া চালগুলি পুনরায় বাছিয়া ঝাড়িয়া রাখ।

একটি পাত্রে (কড়ায়) এক সের জলে আধ পোয়া চিনি দিয়া আঙুণে চড়াও। মিনিট আট পরে ঝাঁকরি দিয়া গাদ উঠাইয়া ফেলিয়া ছ এক মিনিট পরেই নামাও।

এইবারে একটি হাঁড়িতে দেড় ছটাক ঘি চড়াইয়া দিয়া ঢাকা দাও। ছ হাতে একটু ঘি মাখিয়া চালগুলো রগড়াইয়া লও।

* সরু চালে চুণ মিশান থাকে বলিয়া হিন্দুস্থানীয় টহাকে চুণেওয়ালা চাল বলে। (ভাতের অয়োজনীয় কথা ৩২ পৃষ্ঠা দেখ)

ষিটা পাকিয়া আসিলে (যি পাকিতে মিনিট দুই এক লাগে) উহাতে পাঁচ ছয়টা লঙ্গ ফেলিয়া ঢাকা দাও। মিনিট দুই পরে পূৰ্ণকৃত রসটা উহাতে ঢালিয়া দিয়াই ঘি মাখা চালটা ছাড়িয়া দাও এবং হাঁড়ি ঢাকা দিয়া রাখ। ঢাকনার উপর একটা কিছু ভারী জিনিষ চাপা রাখ, তাহা হইলে ভাতের জলের ভাপ বাহির হইতে পারিবে না। প্রায় কুড়ি মিনিট পরে সমস্ত জলটা শুকাইয়া যাইলে হাঁড়ি নামাইবে।

মিঠে চাউল প্রস্তুত করিবার কালে উনানের আঁচও মিঠে বা নরম চাই। তেজ আঁচ করিয়া দিলে জল শীঘ্র শুকাইয়া যাইবে, অথচ চাল কাঁচা থাকিবে।

ইহা এক প্রকার মিষ্টি ঘি ভাত বৈ আর কিছুই নয়। পশ্চিম-বাসীরা এইরূপে ঘি ভাত প্রস্তুত করিয়া থাকে এবং উহারা ইহাকে মিঠা চাউল বলে।

ইহা গুরুপাক এবং পুষ্টিকর।

১৮। মালাই পিশপাশ।

উপকরণ।—সবুঢ়া চাল এক পোয়া, ঘি এক ছটাক, দেশী পেঁয়াজ পাঁচটা, আদা আধগিরা, ছোটএলাচ হুটি, লঙ্গ ছয়টা, দারচিনি হু গিরা, তেজপাতা দুখানা, একটা নারিকেলের ছুধ এবং জল মিশাইয়া দু পের, এক মাঝারি চামচ (এক কাঁচা) তুন।

প্রণালী।—পেঁয়াজ পাঁচটা লম্বাদিকে কুচি করিয়া রাখ, আদাটা চাকা চাকা করিয়া কাট। নারিকেল কুরিয়া এক পোয়াটাক গরম জল তাহাতে মিশাইয়া দুই হাতে চাপিয়া অথবা একটী কাপড়ে করিয়া নিংড়াইয়া ছুধ বাহির কর। চালগুলি বাছিয়া ধুইয়া রাখ।

এইবারে একটি হাঁড়িতে এক ছটাক ঘি চড়াইয়া দাও। ঘি গরম হইলে পেঁয়াজ কুচিগুলি লাল করিয়া ভাজিয়া উঠাইয়া রাখ। পেঁয়াজ ভাজিবার সময় ক্ষণে ক্ষণে নাড়িতে হইবে পেঁয়াজ ভাজিতে প্রায় চারি পাঁচ মিনিট লাগিবে। পেঁয়াজ-ভাজা ঘিয়েই ছটা ছোটএলাচ, ছয়টা লঙ্গ এবং দারচিনি ছ' গিরা ছাড়। মিনিট দুই পরে স্নগন্ধ বাহির হইলে এক পোয়া চাল, আদা চাকা ও এককাঁচা নুন একত্র ছাড়িয়া দাও। মিনিট পাঁচ ছয় ভাজিয়া চালের জলটা মরিয়া গেলেই নারিকেলের ছুধে জলে মিশাইয়া দুই সের ঢালিয়া দাও। এই সময়ে তেজপাতা দুখানাও ছাড়। মিনিট পনের পরে যখন দেখিবে ভাত খুব টগবগু করিয়া ফুটিতেছে অর্থাৎ ভাত আধসিদ্ধ রকম হইয়া আসিতেছে তখন নামাইয়া নরম আছে দমে বসাইয়া দিবে। হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া রাখিবে। দমে বসাইবার প্রায় পনের মিনিট পরে যখন দেখিবে ভাতটা সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে তখন একবার হাঁড়ি নামাইয়া হাতের উ-টাপিঠ দিয়া ভাত নাড়িতে থাকিবে বাহাতে ভাত-গুলি বেশ ভাপিয়া ভাপিয়া যায়। ডালঘুটনি দিয়া খুব ঘুটিয়া দিলেও হয়। তারপরে আবার হাঁড়ি আগুনে চড়াইয়া দাও। বেশ জলে ভাতে মিশিয়া গেলে নামাইয়া ফেলিবে। যখন বাসনে বা ডিসে ভাত ঢালিয়া দিতে হইবে ভাতের উপরে পেঁয়াজ ভাজা ছড়াইয়া দিতে হইবে। নারিকেলের ছুধে জলে দুই সের ঢালিবার পর প্রায় পাঁচ কোয়ারটার সিদ্ধ হইবে। নারিকেলের জন্য এই ভাতে বেশ স্নগন্ধ হয়।

নাছের ঈষৎ অন্ন ইষ্টু দিয়া খাইতে ইহা বেশ লাগে। মাংসাদির কারি প্রভৃতির সঙ্গেও ইহা বেশ খাওয়া যায়।

১৯। ছবিয়া পিশপাশ।

উপকরণ।—সরু চাল এক পোয়া, পেঁয়াজ পাঁচটা, আদা আধ-গিরা, ঘি এক ছটাক, ছোট এলাচ দুই তিনটী, লঙ্গ ছয়টী, দারচিনি দুই গিরা, তেজপাত তিনখানা, হুন এক মাঝারি চামচ, জল দেড় সের, দুধ আধ সের।

প্রণালী।—পেঁয়াজ পাঁচটী লম্বাদিকে কুচাইয়া ধুইয়া রাখ। একটি হাঁড়ি করিয়া ঘি চড়াইয়া দাও। পেঁয়াজগুলি লাল করিয়া ভাজ এবং ঘি হইতে উঠাইয়া রাখ। চাল ধুইয়া তাহাতে আদা চাকা চাকা করিয়া দাও এবং হুন দাও। পেঁয়াজ ভাজা অবশিষ্ট বিয়ে গরমমশলা গুলি ছাড়িয়া দাও। গরমমশলার সুগন্ধ বাহির হইলেই চালগুলি ছাড়িয়া দাও। পাঁচ মিনিট নাড়িয়া একেবারে দেড়সের জল দাও। তার পরে যখন দেখিবে ভাত আধ সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে তখন ঐ আধসের দুধ ঢালিয়া দিবে। ভাত হাতা দিয়া ঘাঁটিয়া দিবে। এইবারে নরম আঁচে বসাইয়া দিবে। এখন ক্রমে ক্রমে কুটয়া ভাত গলিতে থাকুক। ইহাতেও মালাই ফেন্সা ভাতের ন্যায় পাঁচ কোয়াটার সময় লাগে।

ইহা এক সের জল এবং এক সের দুধ দিয়াও রীধা যাইতে পারে।

২০। মিঠাজাদা।

উপকরণ।—পোলাওয়ের চাল এক পোয়া, জল এক সের, চিনি তিন কাঁচা, মাখম বা মাখম মারা ঘি এক ছটাক, জাফরান পাঁচ বা ছয় রতি।

প্রণালী।—চালগুলি ধুইয়া বাছিয়া রাখ। সাড়ে তিন পোয়া

আন্দাজ জল চড়াইয়া দাও। জল ফুটিলেই চালগুলি ছাড়িয়া দাও। চাল দিবার মিনিট পনের পরে হাঁড়ি নামাইয়া ভাতের ফেন “পশাও” অর্থাৎ গালো। আধ পোয়া গরম বা ঠাণ্ডা জলে জাকরান গুলিয়া লও, এবং উহাতে তিন কাঁচা চিনি মিশাও।

এই বারে আর একটি হাঁড়ি (ডেকটি প্রভৃতি পোলাওয়ের হাঁড়ি) উনানে চড়াইয়া তাহাতে মাখম বা মাখময়ারা ঘি ছাড়। মাখম গলিয়া যাইলে পূর্ক হাঁড়ি হইতে ভাতগুলা উহাতে ঢালিয়া দিবে এবং জাকরান-গোলা জল এই ভাতের উপর ঢালিয়া হাঁড়ি দমে বসাইয়া দিবে। ক্রমে সমস্ত জলটা ভাতের গায়ে শুকাইয়া যাইলে হাঁড়ি নামাইয়া ফেলিবে।

ইহা সাদাসিদ্ধা কারি, হিন্দুরানী কোপ্তা, গুণেল কোপ্তা প্রভৃতি শুক্ক কোপ্তা দিয়া খাইতে হয়। নিষ্টি পোলাও কি কি দিয়া খাইতে পারা যায় তাহা প্রয়োজনীয় কথায় বলা গিয়াছে।

২১। মোহন পোলাও।

উপকরণ।—চিনিশর্কর চাল আধসের, ঘি আড়াই ছটাক, দেশী পেঁয়াজ বারটা, বাদাম আধ ছটাক, কিসমিস ৩০ ছটাক দোবারা চিনি বা মিষ্টি এক পোয়া, ছোট এলাচ বারটা, লবঙ্গ মেলটা, দারচিনি তিনগিরা, তেজপাতা তুটা, জল নয় পোয়া, জাকরান নয় রতি (রসের জন্তে চারি রতি আর পোলাওয়ের ভাতের জন্য পাঁচ রতি), আধ পোয়াটাক হুধ, জৈত্রী তিন কুঁচ, জায়ফল একটা, গোলাপজল প্রায় এক ছটাক।

প্রণালী।—দশ বারটা দিশি পেঁয়াজ লম্বা দিকে স্লাইস স্লাইস করিয়া কুঁচাও। আধ ছটাক বাদাম (ভিজান) খোসা ছাড়া

ইয়া কুচি কুচি করিয়া রাখ। একটী পাত্রে (ডেকচি, মসপ্যান প্রভৃতি পোলাও রাঁধিবার পাত্রে) দুই ছটাক ঘি চড়াও। মিনিট দুই পরে পেঁয়াজকুঁচাগুলি ছাড়িয়া খুব খুঁটি দিয়া নাড়িতে থাক। মিনিট চার পাঁচ পরে নামাইয়া একটু নাড়িয়া চাড়িয়া পেঁয়াজ-ভাজাগুলি একটী বাটীতে উঠাইয়া রাখ এবং পেঁয়াজভাজা ঘিটাও আলাদা একটী বাটীতে ঢালিয়া রাখ। ভাজা পেঁয়াজগুলি পোলাওয়ে দাও আর নাই দাও পেঁয়াজ ভাজা ঘিটা দেওয়া চাই।

একপোয়া জলে এক পোয়া মিশ্রি (দোবারা চিনি) দিয়া আগুনে চড়াও। উহাতে একটা ছোট এলাচ, চারটা লঙ্গ, এক গিরা দারচিনি ও দুই তিন কুঁচ জৈত্রী ছাড়। মিনিট দশ পরে পোন ছটাক কিসমিস ধুইয়া বাছিয়া রসে ফেলিয়া দু একবার নাড়িয়া দাও। দুই কাঁচা গরম জলে তিন চার রতি জাকরান গুলিয়া লও। সেই দুই কাঁচা জাকরানের জল রসে দিয়া দু এক মিনিট পরে রস নামাও। এই কিসমিসের “দিরা” বা রস প্রস্তুত হইতে সর্বশুদ্ধ প্রায় মিনিট ষোল সতের লাগিবে। একটী জারফল ছুরি দিয়া চাঁচিয়া তাহার দুই তিন কুঁচ রসে দিয়া চামচে করিয়া মিশাইয়া লও।

এইবারে চালগুলি বেশ দুহাতে রগড়াইয়া পাঁচ ছয়বার জল বদলাইয়া ধুইয়া ফেল। তাহা হইলে বেশ ভাত সাফ হইবে। এক কাঁচা ঘি চড়াও। মিনিট দুই এক পরে দুইটী ছোট এলাচ, দশবারটা লঙ্গ, দুগিরা দারচিনি, দুইটী তেজপাতা দ্বারা দাগ দিয়া উহাতেই সাড়ে সাত পোয়া জল ঢালিয়া দাও। গরম মশলাগুলি দু তিন মিনিট নাড়া চাড়া করিয়া ফুটকাট্ করিতে আরম্ভ করিলেই জল ঢালিয়া ঢাকা দিয়া দিবে।

জল ফুটিলেই আধসের চিনিশর্কর ঢাল ছাড়। খুস্তি বা হাতা দ্বারা নাড়িয়া দিয়া ঢাকিয়া রাখ। ইহার ছ এক মিনিট পরে এক ছটাক ছধ উহাতে ঢালিয়া আবার ঢাকা দিয়া রাখ। মিনিট দু তিন অন্তর ঢাকা খুলিয়া খুস্তি বা হাতা দিয়া এক একবার নাড়িয়া নাড়িয়া দাও। চার পাঁচ কুঁচ জাকরান গরম জলে গুলিয়া ভাতে দিয়া নাড়িয়া দাও, এবং হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও। চাল ছাড়িবার মিনিট দশ পরে জাকরান দিবে। জাকরান দিবার মিনিট দুই তিন পরে হাঁড়ি নামাইয়া সব কেন পশাও অর্থাৎ গালো।

এইবারে হাঁড়ি হইতে প্রায় তিন চতুর্থাংশ ভাত একটা বাসনে উঠাইয়া রাখ। কেবল ঐ হাঁড়িতে খানিকটা (প্রায় এক চতুর্থাংশ) ভাত ছড়াইয়া রাখা চাই। হাঁড়ির ভাতের উপরে একটা কাগজি নেবুর রস দাও এবং বাসনের ভাতেও আর একটা নেবু রস করিয়া দাও। এইবারে হাঁড়ির ভাতের উপরে ছ এক মাঝারি চামচ পেরোজা ভাজা ঘি, চারিটা মুখখোলা ও একটু থেঁতো করা ছোট এলাচ (এলাচ এইরূপ থেঁতো করিতে হইলে ঐগুলি একটা কাপড়ে বা কাগজের মধ্যে পুরিয়া উহার উপরেই কোন একটা নোড়া বা অন্য কোন ভারী জিনিষ দিয়া মারিতে হয় তাহা হইলেই এলাচের মুখগুলো খুলিয়া যায় ও ভিতরের দানা গুলি ভাঙ্গিয়া ভাঙ্গিয়া যায়), ছ এক চা চামচ গোলাপজল, ও পাকান কিসমিসের সিরি (কিসমিস মমত) ছড়াইয়া দাও। আবার বাসন হইতে ভাত গুলিয়া আর এক স্তর হাঁড়িতে দাও, এবং তাহার উপর মাঝারি চামচের প্রায় চামচ দুই (আধ ছটাক) ছধ ছড়াও। তারপরে পুরের মত ঘি, কিসমিসের সিরি ও গোলাপজল দাও। বাসনের ভাত লইয়া ফের হাঁড়িতে দাও; ফের ছধ, ঘি, কিসমিসের সিরি ও গোলাপজল

পূর্বের মত ছড়াও এবং চারিটা খেঁতো করা ছোট এলাচ ছড়াইয়া দাও। সব ভ্যুত হাঁড়িতে দেওয়া হইয়া গেলে সর্বশেষে আধ ছটাক বাদাম কুচি ও এক কাঁচা কিসমিস উপরে দিয়া সাজাও।

এইবারে একটা সাফ কাপড় বা তোয়ালে জলে ভিজাইয়া, নিং-ড়াইয়া, দুই তিন ভাঁজ করিয়া হাঁড়ির মুখে যে ঢাকনা দিবে তাহাতে খুব শক্ত করিয়া টানিয়া বঁধ। তারপরে দুই মাঝারি চামচ গোলাপজল হাতে লইয়া ঢাকনার কাপড়ের উপরে চাপড়াইয়া মাখ। এইবারে ঢাকনাটা, হাঁড়িটাতে ভাল করিয়া চাপিয়া ঢাকা দাও যেন ফাঁক থাকে না। ঢাকা দিয়া দশ পনের মিনিট নরম আঁচে বসাইয়া রাখ। গোলাপের গন্ধে সমস্ত পোলাও ভরিয়া উঠিবে।

২২। পানিপোলাও।

উপকরণ।—আতপ চাল একপোয়া, জল দেড়সের, ঘি তিন ছটাক, বড় দেশী পেঁয়াজ তিন চারিটা, দারচিনি তিন চারি গিরা; তেজপাতা দুখানা, মুন এক মাঝারি চামচ, কিসমিস এক কাঁচা, বাদাম এক কাঁচা, গোলাপজল এক মাঝারি চামচ।

প্রণালী।—চালগুলি তিন চারিবার জল বদলাইয়া ধুইয়া বাছিয়া রাখ। পেঁয়াজগুলির উপরের খোসা ছাড়াইয়া লম্বাদিকে কুচাও। সমস্ত বিটা চড়াইয়া দাও পেঁয়াজকুচাগুলি ধুইয়া ঐ ঘি়ে ছাড়িয়া দাও। ক্ষণে ক্ষণে নাড়িতে থাক; মিনিট সাত আটের মধ্যে ভাজা হইয়া গেলে পেঁয়াজ গুলি উঠাইয়া রাখ এবং বিটা স্বতন্ত্র পাত্রে ঢালিয়া রাখ। কেবল এক চা-চামচ আন্দাজ ঘি ঐ হাঁড়িতে রাখিয়া দাও। হাঁড়িটা উনানে চড়াও। ইহাতে তেজপাতা দুখানি ও

দারচিনি তিনচারি গিরা ছাড়। ছ তিন মিনিট নাড়া চাড়া করিয়া ফুটকাট করিতে আরম্ভ হইলেই দেড়সের জল ঢালিয়া দিবে এবং এক কাঁচা, খুন দিবে। হাঁড়ির মুখে ঢাকা দিয়া দিবে। মিনিট আট দশের মধ্যে জলটা ফুটিয়া গেলে চাল ছাড়িয়া দিবে। চাল বার চৌদ্দ মিনিট ধরিয়া সিদ্ধ হইলে পর হাঁড়ি নামাইবে এবং এবং ফেন পশাইবে। তার পরে সেই ভাতের মধ্য হইতে দার-চিনি এবং তেজপাতাগুলি বাহিয়া ফেলিবে।

বাদাম (ভিজান) গুলি কুঁচাইয়া রাখিতে হইবে কিসমিসগুলি খুইয়া বোটা ছাড়াইয়া রাখিবে। ভাতের ফেন পশান হইলে পর ভাতের উপরে, পেঁয়াজ-ভাজা-ঘি, কুঁচা বাদাম, ধোয়া ও বাছা কিসমিস এবং মাঝারি চামচের একচামচ গোলাপজল দিয়া হাঁড়ি “হিলাইয়া” অর্থাৎ ঝাঁকড়াইয়া লও। তারপরে খুব ভাল করিয়া ঢাকনা দিয়া হাঁড়ির মুখ বন্ধ কর এবং মিনিট পাঁচ দমে বসাইয়া রাখ। গরম গরম খাইতে দাও।

ইহা কারি, কালিঙ্গা, দোন্ডা, কোন্ডা প্রভৃতি দিয়া খাইতে পার।

২৩। জলগুঁজিয়ার হিন্দুস্থানী পোলাও।

উপকরণ।—ছাড়ান জলগুঁজিয়া একপোয়া, বাকতুলসী চাল তিন পোয়া।

সাজিরা আধ ছটাক, সামরিচ আধ ছটাক, ছোলার ডাল আধ পোয়া, ছোট এলাচ ছয়টা, লঙ্গ আটটা, দারচিনি চারি টুকরা, তেজপাতা ছয়খানা, আদা আধ গিরা, শুক্ল লঙ্কা আট কি নয়টা, জল দুই সের। এইগুলি আঁথনির মশলা।

সাজিরা সিকি কাঁচা, সামরিচ সিকি কাঁচা, দারচিনি জুগিয়া, ছোট এলাচ চারিটা, লঙ্গ বারটা, জায়ফল আধখানা, এইগুলি একত্রে গুঁড়াইয়া ফাঁকি করিতে হইবে অর্থাৎ একটা পাতলা কাপড়ে ছাঁকিয়া লইতে হইবে। এই গুলি ফাঁকি মশলা ।

ছোট এলাচ ছয়টা, লঙ্গ আটটা, দারচিনি তিন গিরা, ডেলাক্ষীর একছটাক, জাফরান তিন রতি, তেজপাতা চল্লিশখানা, ঘি দেড় পোয়া, চিনি এক কাঁচা, ঘুন এক কাঁচা, এইগুলি চালে মাখিতে হইবে। এইগুলিই চাল মাথা মশলা ।

প্রণালী।—প্রথমে একটি পোলাওয়ার হাঁড়িতে আঁখনির জন্য জল চড়াইয়া দাও। সামরিচ, সাজিরা, হোলার ডাল, দারচিনি, লঙ্গ, ছোট এলাচ (এলাচগুলির মৃথ খুলিয়া দিবে), আদা (চাকা চাকা করিয়া কাটিয়া দিবে), তেজপাতা, লঙ্গ (আধখানা করিয়া ভাঙ্গিয়া দিবে), এই সকল আঁখনির মশলা সব একত্রে একটা নূতন টুকরা কাপড়ে পুঁটলি করিয়া বাধিতে হইবে। তার পরে পুঁটলিটা জলের ভিতরে ডুবাইয়া দিয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও। ক্রমে জল ফুটিয়া উঠে জলের একসের কি পাঁচপোয়া আন্দাজ জল বাকী থাকিলে হাঁড়ি নামাইতে হইবে। ইহা হইতে প্রায় ত্রিশ কি পঁয়ত্রিশ মিনিট লাগিবে। এই পুঁটলির ভিতরের সব মশলা সিদ্ধ হইয়া যাইবে, এবং জলের রং অনেকটা চাষের রংএর মত হইবে। তারপরে জল একটু ঠাণ্ডা হইলে ঐ পুঁটলিটা হাত দিয়া টিপিয়া টিপিয়া যতটা ক্রাথ বাহির করিতে পার কর। শেষে একেবারে নিংড়াইয়া লইয়া পুঁটলিটা ফেলিয়া দাও। ইহাই আঁখনি বা আঁখনির জল।

এইবার মশলা গুঁড়া করিতে হইবে। সাজিরা, সামরিচ, এলাচ, দারচিনি, লঙ্গ, জায়ফল এই সকল ফাঁকি মশলার মশলাগুলি

একত্র শিলে খুব মিহি করিয়া গুঁড়াও। আজকাল মশলা পিষিবার কিংগুঁড়া করিবার নানা যন্ত্র বাহির হইয়াছে তাহাতেও গুঁড়াইতে পারো। একটি খুব পাতলা টুকরা কাপড়ে এই গুঁড়া মশলা ছাঁকিয়া লও। ইহাই ফাঁকি মশলা। এই গুঁড়া মশলাও চালের সহিত নিশাইতে হইবে।

এইবারে চাল মাখ। আঁখনির জল চড়াইয়াই চালগুলি ধুইবে। খুব পরিষ্কার করিয়া ধুইয়া একটি থালা বা কুলাতে চাল বিছাইয়া দিয়া একবার রৌদ্রে আধঘণ্টা একঘণ্টার জন্য দিবে। চালের জল শুকাইয়া চাল গুলা বেশ ঝরঝরে হইয়া থাক্।

পোলাওয়ে যে দেড় পোয়া ঘি লাগিবে, সেই ঘি আগে কড়ায় করিয়া গলাইয়া ঢালিয়া রাখ।

এখন মন্দা আঁচে এক ছটাক ঘি চড়াও। ডেলা ক্ষীরটা তিন চারি টুকরা করিয়া এই ঘিরে ভাজিয়া লও। দু তিন মিনিটেই ভাজা হইয়া যাইবে। ঘি হইতে ক্ষীর উঠাইয়া আলাদা একটি পাত্রে ছড়াইয়া রাখিয়া দাও। ক্ষীর ভাজিলে প্রথমে নরম থাকে, হাওয়া পাইলেই ক্রমে শক্ত হইয়া যায়।

দুই মাঝারি চামচ দুধে জাফরান ভিজাইতে দাও।

জলগুঁড়িয়ার খোলা ছাড়ান হইলেও, উহার গায়ে পাতলা আঁশের মত খোসা লাগিয়া থাকে। আলগোচে দুই হাতে রগড়াইয়া একটি পাত্রে রাখিয়া দাও, তারপরে একখানি পাখা দিয়া দু একবার বাতাস করিলেই সব খোসাগুলি উড়িয়া যাইবে, কিম্বা কুলায় করিয়া ঝাড়িলেও হয়।

এখন চালগুলি একটি বাসনে ঢাল। চালমাখা মশলার সব কয়টা লব্ধ, দারচিনি এবং মুখখোলা ছোট এলাচ ইহাতে দাও,

চিনি এক কাঁচা, নুন এক কাঁচা, জলগুঁজিয়াগুলি ও আন্দাজ এক মাঝারি চামচ কাঁকি মশলা (সমস্ত কাঁকি মশলাটা দিলে তিতা হওয়া সম্ভব) ইহাতে দাও। এক ছটাক বি ঢালিয়া দাও। হুখে ভিজান জাফরান গুলিয়া ইহাতে দাও। ভাজা ক্ষীর হাতে করিয়া গুঁড়াইয়া দাও। এখন চালগুলি এই সব মশলার সহিত মিশাইয়া লও।

একটি ডেক্‌চি বা পোলাওয়ার মাটির হাঁড়ি আন। হাঁড়ির ভিতরে তলাতে এমনি করিয়া তেজপাতা সাজাইতে হইবে যে তলাতে ভাত যেন পুড়িয়া না যায়। খুব ঘেঁসার্যেসি করিয়া প্রথমে এক স্তর তেজপাতা পাত, তবু একটু একটু কাঁক থাকে, সেই জন্য এই তেজপাতার উপরে আর এক স্তর তেজপাতা পাতিতে হইবে। দ্বিতীয় স্তরের তেজপাতাগুলি ঘেঁসার্যেসি করিয়া না দিয়া কাঁকগুলির উপর উপর দিলেই হইবে। এইবারে এই তেজপাতার উপরে আলগোচে অন্ধৈক চাল ঢাল। চালের উপরে আবপোয়া বি ছড়াইয়া দাও। এখন আবার এই চালের উপরে খানকতক তেজপাতা সাজাও, এবং বাকী চালগুলো এই তেজপাতার উপরে আস্তে আস্তে ছড়াইয়া দাও। এই চালের উপরে আবার বাকী ঘিটা ছড়াইয়া দাও। এখন আঁখনির জল আস্তে আস্তে একটী বাটি করিয়া তুলিয়া তুলিয়া চালের চারিদিকে ঢালিয়া দাও। চালের উপরে মাঝখান হইতে জল ঢালিয়া দিলে চাল, তেজপাতা সব সরিয়া যাইবে, সেই জন্য চালের উপরে কখন হুড়হুড় করিয়া জল ঢালিবে না। জল ঢালার পর একটী আট অঙ্গুলি পরিমাণ কাটি হাঁড়ির ভিতরে ডুবাইয়া দেখিবে যে চালে জলে আট অঙ্গুলি হইয়াছে কি না। তার পরে হাঁড়ি জলন্ত আঁচের

উনানে বসাইয়া দিবে। তিন চারি বার টগ্‌বগিয়া ফুটিলে পর হাঁড়ি নামাইবে। অর্থাৎ মিনিট পনের ফুটবে। এই পনের মিনিট পরে নরম আঁচে (কাঠ কয়লার আগুনে) দমে বসাইতে হইবে। দমে বসাইবার কালে হাঁড়ির সরার উপরেও কতকগুলি জলন্ত কাঠকয়লা দিতে হইবে, তাহা হইলে উপরে নীচে আগুন পাইয়া ভালরূপ সিদ্ধ হইবে। মিনিট পনের দমে বসান থাকিলেই জল মরিয়া গিয়া পোলাও হইয়া যাইবে। এইবারে আহার করিতে দিবার আগে একটি বাসনে চালিয়া তেজপাতাগুলি বাছিয়া ফেলিতে হইবে।

ইহা ছানার কালিয়া, ছানার দমপোক্ত, আলুর দমপোক্ত প্রভৃতি দিয়া খাইতে বেশ লাগিবে।

২৪। ছানার পোলাও।

উপকরণ.—সকু চাল একসের, ছানা আধসের, শুক্ক লক্ষা চারিটা, মুন আধকাঁচা।

সাজিয়া আধছটাক, সামরিচ আধ ছটাক, ছোলার ডাল আধ পোয়া, ছোট এলাচ চারিটা, লঙ্গ আটটা, দারচিনি ত্রিগিরা, আদা আধ গিরা, তেজপাতা ছয়খানা, শুক্ক লক্ষা দুইটা (ছানা হয় নাও দিতে পার), জল পাঁচ পোয়া। এইগুলি আঁখনির মশলা।

সাজিয়া সিকি কাঁচা, সামরিচ সিকি কাঁচা, জায়ফল আধখানা, দারচিনি তিন গিরা, ছোট এলাচ ছয়টা, লঙ্গ আটটা এই গুলি একত্র গুঁড়াইয়া একটা পাতলা কাপড়ে ছাঁকিয়া লইতে হইবে। ইহাই কাঁকি মশলা।

ছোট এলাচ ছয়টা, লঙ্গ বারটা, দারচিনি চার গিরা, ডেলা ক্ষীর এক ছটাক, জাকরান তিন রতি, ঘি দেড় পোয়া, চিনি এক

কাঁচা, মুন এক মাঝারি চামচ, বাদাম এক ছটাক, পেস্তা এক ছটাক, কিসমিস এক ছটাক, বড় তেজপাতা চমিশ খানা, জল চারি সের। এইগুলি চালমাথা মশলা ।

গোলাপ জল এক ছটাক ।

প্রণালী।—প্রথমে একটা হাঁড়ি করিয়া আঁখনির জন্য পাঁচ পোয়া জল চড়াইয়া দাও । এক খানি নূতন টুকরা কাপড়ে মাজিয়া, সামরিচ, ছোলার ডাল, ছোট এলাচ (মুখ খুলিয়া দিতে হইবে), আদা (খোসা ছাড়াইয়া চাকা চাকা করিয়া কাটিতে হইবে), লঙ্গ, দারচিনি, তেজপাতা, লবঙ্গ এই সব আঁখনির মশলা গুলি একত্র পুঁটলি করিয়া বাঁধিয়া পুঁটলিটা ঐ হাঁড়ির জলের ভিতর ডুবাইয়া দাও । ক্রমে সিদ্ধ হইয়া যখন পাঁচ পোয়া জলের আবহের আন্দাজ মরিয়া গিয়া তিন পোয়াটাক থাকিবে, তখন হাঁড়ি নামাইবে । ইহাই আঁখনির জল । আঁখনির জলটা একটা আলাদা পাত্রে ঢালিয়া রাখ । তার পরে একটু ঠাণ্ডা হইলে পুঁটলিটা ঐ জলে কচলাইয়া নিংড়াইয়া লইবে ।

আবার হাঁড়িটা ধুইয়া চারিসের জল চড়াইয়া দাও । চাল-গুলি পরিষ্কার করিয়া ধুইয়া বাছিয়া লও । জল ফুটিয়া উঠিলে চালগুলি জলে ছাড়িয়া দাও । প্রায় দশবার মিনিট ফুটিলে হাঁড়ি নামাইয়া ভাল করিয়া কেন পশাইবে । ভাতগুলি একটা চালুনিতে বিছাইয়া শুকাইতে দিতে হইবে যেন ভাতে জলীয় অংশটা একে-বারে শুক হইয়া যায় ।

আবহের ছানাটা ভাগা কইমাছের ন্যায় ডুমা ডুমা করিয়া কাটিয়া রাখ । ইহাতে চারিটা গুরু লবঙ্গ বাঁটা ও প্রায় এক চা চামচ (আধ কাঁচা) মুন মাখিয়া রাখ ।

একখানি কড়া আগুনে চড়াইয়া উহাতে দেড়পোয়া বি চালিয়া দাও। ছানাগুলি এই ভাসা ঘিয়ে ভাজ। ছানাগুলি ভাজা হইতে মিনিট চার পাঁচ লাগে। ছানাগুলি ভাজা হইয়া গেলে ঘিটা একটি পাত্রে চালিয়া রাখ, কেবল এক ছটাক খানেক ঘিয়ে এক ছটাক ডেলা ক্ষীরটা ভাজ। ক্ষীর উঠাইয়া উহাতেই কিস-মিসগুলি ভাজ, কিসমিসগুলি ফুলিয়া উঠিলেই বৃষ্টিবে ভাজা হইয়াছে। বাদাম ও পেস্তার খোসা ছাড়াইয়া কুঁচাইয়া রাখ। জাকরান দুই মাঝারি চামচ ছুবে ভিজাইতে দাও।

চালুনিতে বে ভাত চালিয়া রাখা হইয়াছে তাহাতে ছোট এলাচগুলি, লঙ্গ, দারচিনি, ভাজা ক্ষীর (হাতে করিয়া গুঁড়াইয়া), কুঁচান বাদাম ও পেস্তা, ভাজা কিসমিস, চিনি, হুন, এই চালমাথা মশলাগুলি ও এক চা চামচ ফাঁকি মশলা সব আবিসন্ধি চালের উপরে রাখিয়া দাও। ভাত এই সব মশলার সহিত আলগোচে মাথ। শেষকালে ভিজান জাকরান এবং এক ছটাক বি চালিয়া আবার ভাতগুলি মাথ। হাঁড়ির ভিতরে তলায় আগে এক ছটাক বি চালিয়া দাও তার পরে বেশ বেঁসাবেঁসি করিয়া তেজপাতা বিছাও।* যদি দেখ বে ফাঁকি রহিয়াছে তাহা হইলে সেই ফাঁকে ফাঁকে আবার আর এক স্তর তেজপাতা বিছাইতে হইবে। তেজপাতার উপরে ভাত এক থাক দাও। উহার উপরে আবার তেজপাতা সাজাও, এই তেজপাতার উপরে অবশিষ্ট সব ভাত দাও। এই বারে একটা বাটা করিয়া আঁখনির বে তিন পোয়া জল আছে সেই জল আলগোচে ভাতের

* জল গুঁড়িয়ার পোলাওয়ে বেকপ তেজপাতা বিছাইতে হইয়াছে ইহাতেও ঠিক সেইরূপ করিতে হইবে।

উপরে ছড়াইয়া ছড়াইয়া দাও। এইবারে কয়লার আগুণ উপরে নীচে দিয়া ঝাঁড়ি দমে বসাইয়া দাও। মিনিট পনেরর মধ্যে হইয়া যাইবে। তারপরে পোলাওয়ের তেজ পাতাগুলি বাছিয়া কেল।

এইবারে আর একটি পাত্রে চারিপাশে পোলাওয়ের ভাত ছড়াইয়া দিয়া মধ্যখানে গর্ত কর। সেই গর্তে অন্ধৈকগুলি ছানা ভাজা সাজাইয়া দাও। এই ভাতের উপরে দুই মাঝারি চানচ গোলাপজল ছড়াইয়া দাও। তারপরে চারিধারের খানিকটা ভাত টানিয়া ছানা ভাজার উপরে চাপা দাও। অবশিষ্ট অন্ধৈকগুলি ছানা ভাজা ইহার উপরে দিয়া আবার চারিধারের ভাত দিয়া ঢাকা দিয়া দাও। তার পরে ভাত বাড়ার মত পোলাও চাপড়াইয়া সাজাও। উপরে অবশিষ্ট গোলাপ জলটুকু ছড়াইয়া দাও।

২৫। বাসন্তী পোলাও।

উপকরণ।—চিনিশর্কর চাল আধ সের, ঘি আধ পোয়া, চিনি দেড় পোয়া, বাদাম বত্রিশটী (সাতটী সাজাইবার জন্ত ও পঁচিশটী রসের জন্য), কিসমিস আধ পোয়া (এক কাঁচাটাক সাজাইবার জন্ত ও অবশিষ্ট রসের জন্ত), পেস্তা আধ ছটাক, বড় বড় পাকা পেয়ারা আটটী (কাশীর পেয়ারা হইলেই ভাল হয়), দারচিনি তিন চার গিরা, ছোটএলাচ বারটা, লঙ্গ পনেরটা, জৈত্রী তিন কুঁচ, জায়ফল আধখানা, জাফরান আট নয় রতি (তিন রতি রসের ও পাঁচ ছয় রতি ভাতের), তেজপাতা দু তিন খানা, কাগজি নেবু তিন চারিটা (টীনে কাগজি হইলে দুইটা), দুধ এক পোয়া, গোলাপ

জল এক ছটাক, রুগার পাতা ছয়খানা, দুইটা বড় জাতের গোলাপ ফুল, জল তিন সের বা সাড়ে তিন সের।

প্রণালী।—বাদাম ও পেস্তাগুলি ভিজাইতে দাও। কিসমিস-গুলি বোটা ছাড়াইয়া ধুইয়া রাখ। ভিহান বাদামগুলি সুাইস সুাইস কুঁচাইয়া আলাদা রাখ এবং পেস্তাগুলিও কুঁচাইয়া আলাদা রাখ। এই গুলি আবার দুই ভাগে বিভক্ত করিয়া রাখিতে হইবে। বাদাম কুঁচাগুলির মধ্য হইতে সাত আটটা বাদামের কুঁচা, পেস্তা কুঁচাগুলি সব, এবং এক কাঁচাটাক কিসমিস গোলাও সাজাইবার জন্য রাখিয়া দাও। অবশিষ্ট প্রায় ২৫টা বাদামের কুঁচাগুলি ও এক কাঁচা কম আধ গোয়া কিসমিস সিরি বা রসের জন্য রাখ।

পেয়ারাগুলির উপরকার পোয়া পাতলা করিয়া ছাড়াইয়া ফেল। প্রত্যেকটাকে চারিভাগে কাটিয়া তাহার বিচিগুলি বাহির করিয়া ফেল। জলে ধুইয়া লও। তিন গোয়া জল দিয়া পেয়ারা খণ্ডগুলি একটা হাঁড়ি করিয়া চড়াইয়া দাও। হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। পেয়ারাগুলি মিনিট বোল সতের ভাপে সিদ্ধ হইলে নামাইয়া হাঁড়ি কাত করিয়া তাহার জল ঝরাইয়া ফেল।

একটা হাঁড়িতে দেড় গোয়া চিনি, দেড় গোয়া জল, এক সিরি দারচিনি, চারি পাঁচটা লবঙ্গ, দুইটা ছোটএলাচ দিয়া চড়াইয়া দাও। হাঁড়ি ঢাকা দাও। চড়াইবার দশ বার মিনিট পরে তিন চার রতি জাকরান গুলিয়া দাও। কিসমিস, বাদাম ও ভাপনে পেয়ারাগুলিও ঢালিয়া দাও। এইবারে একবার নাড়িয়া দিয়া হাঁড়ি ঢাকা দাও। সিরি প্রস্তুত হইতে সর্বস্বত মিনিট কুড়ি বাইশ লাগিবে। এইবারে সিরি নামাইয়া মেওয়াগুলি অর্থাৎ পেয়ারা, বাদাম ও কিসমিস এই ফলগুলি রস হইতে স্বতন্ত্র পাত্রে রাখ, এবং রসটা স্বতন্ত্র

পাত্রে রাখিয়া দাও । রসটাতে একটী রসাল কাগজিনেবুর রস দাও । চীনে কাগজি হইলে তাহার হু এক চাকার রসেতেই হইয়া যাইবে । কাঠের হাতা দিয়া রসটা মিশাইয়া লও ।

এখন সিরার হাঁড়িটা ধুইয়া উহাতেই আধ পোয়া ঘি চড়াও । ঘি গলিয়া যাইলে দুই গিরা দারুতিনি, নয় দশটী লক্ষ, জায়ফল তিন চার রতি (একটু থেঁতো করিয়া লইতে হইবে), তিন চারিটী ছোট এলাচ, জৈত্রী দুই তিন রতি ছাড়িয়া দাও । দুই তিন মিনিটে ঘি দাগ দেওয়া হইলে পর একটী পাত্রে ঘিটা ঢালিয়া রাখ । দাগ দেওয়া মশলাগুলি হাঁড়িতেই থাকুক । এই বারে হাঁড়িতে মশলার উপরে দুই সের জল ঢাল । মশলাগুলির উপরেই জল দিলে ভাতে বেশ গন্ধ হইবে । জল ফুটিয়া উঠিলেই ধোয়া চালগুলি ঢালিয়া দাও । চাল দিবার মিনিট চার পাঁচ গরে পাঁচ ছয় কুঁচ জাকরান, দুইটা কাগজি নেবুর রস (চীনে নেবুর রস হইলে দুই তিন চাকাতেই হইবে,) এবং এক পোয়াটাক দুধ দিয়া একবার নাড়িয়া দিয়া ঢাকিয়া রাখ । ইহার চৌদ্দ পোনর মিনিট পরে ভাত নামাইয়া কেন পশাও ।

আটটী ছোট এলাচ কাগচে পুরিয়া তাহার উপরে নোড়া দিয়া মারিয়া থেঁতো করিয়া রাখ ।

এইবারে একটি বাসনে অর্দ্ধেক ভাত উঠাইয়া রাখ । আর অর্দ্ধেকটা হাঁড়িতেই রাখিয়া দাও । হাঁড়ির মধ্যে ভাতের ভিতরে গর্ত কর । ভাতে আটটী ছোট এলাচ ও মাঝারি চামচ গোলাপ জল ছড়াইয়া দাও । সমস্ত পেয়ারা, কিসমিস প্রভৃতি সিরার মেওয়া গুলি এই গর্তের ভিতরে দিয়া তার পরে অবশিষ্ট ভাতগুলো বাসন হইতে উঠাইয়া পেয়ারাগুলির উপরে চাপা দাও, ইহার

উপরে সমস্ত রসটা ছড়াও, তার পরে দাগ দেওয়া ঘি ছড়াও এবং এক মাঝারি চামচ গোলাপ জল ছড়াইয়া দাও।

এখন একটি সাফ কাপড় বা তোয়ালে জলে ভিজাইয়া নিংড়াইয়া ছুঁতাজ করিয়া হাঁড়ির মুখে যে ঢাকনা দিবে তাহাতে খুব শক্ত করিয়া টানিয়া বাধ। তারপরে দুই মাঝারি চামচ গোলাপ জল হাতে লইয়া ঢাকনার কাপড়ের উপরে চাপড়াইয়া মাখ। এই বারে ঢাকনাটা হাঁড়িটাতে ভাল করিয়া চাপিয়া ঢাকা দাও যেন ফাঁক থাকে না। খুব চিয়া আঁচে আধ ঘণ্টা কি এক ঘণ্টা বসাইয়া রাখ, যতক্ষণ না ভাত বেশ করব্বরে হয়।

এখন একটি গাঢ় পাত্রে (ডিশ কিম্বা সুপ প্লেটের ন্যায় পাত্রে) কতকটা ভাত ঢালিয়া তাহার উপরে পেয়ারা, কিসমিস ও বাদাম এই সিরার মেওয়ারগুলি রাখিয়া বাকী ভাতগুলি হাঁড়ি হইতে উঠাইয়া লইয়া ইহার উপরে চাপা দাও।

এইবারে বাহারের জন্য পোলাও নাজাইতে হইবে। সাজাইবার জন্য যে কিসমিস, বাদাম ও পেস্তা প্রথমে আলাদা করিয়া রাখা হইয়াছিল সেইগুলি এবারে ভাতের উপরে ছড়াইয়া দাও। রূপার পাতাগুলি অতি সবতনে ভাতের উপরে বসাইয়া দাও। রূপার পাতার মধ্যে মধ্যে গোলাপ পাতা বসাইয়া দাও। রূপার পাতাগুলি এমন ভাবে বসাইতে হইবে যে পোলাওয়ের জাফরানি রং, পেস্তা, এবং গোলাপপাতা প্রভৃতি ঢাকিয়া না যায়। নানা রং এর সমাবেশেই ইহা প্রকৃত পক্ষে দেখিতে অতি সুন্দর হইবে। পোলাওয়ের ঠিক মধ্যখানে একটি আন্ত পাকা পেয়ারা থোসা না ছাড়াইয়া বসাইয়া দিলেও দেখিতে মন্দ হয় না। ইহা ব্যতীত আরো নানা রকমে আপন মন মত করিয়া সাজাইতে পার।

কাঁচা আমের বাসন্তী পোলাও করিলে খুব ভাল হয় । কাঁচা আমের খোসা ছাড়াইয়া এক ঘণ্টাখানেক ভিজাইয়া রাখিয়া, তারপরে পেয়ারার ন্যায় ভাপাইয়া লইয়া রসে সিদ্ধ করিতে হইবে । কাঁচা আমের কস বাহির করিবার জন্য এক ঘণ্টা কাল ভিজাইয়া রাখিতে হয় । ইহার প্রস্তুত প্রণালী পেয়ারার বাসন্তী পোলাওয়ের অনুরূপ ।

বাসন্তী পোলাওয়ের সঙ্গে পছন্দ কাবাবও খাইতে পারা যায়, মন্দ লাগেনা । মিষ্ট পোলাওয়ের সঙ্গে আর যাহা যাহা খাইতে পারা যায় তাহা পোলাওয়ের প্রয়োজনীয় কথার অনুভোজন অংশে বিশেষ করিয়া বলা গিয়াছে ।

২৬। সর মালাই পোলাও ।

উপকরণ।—নারিকেলের জলীয় দুধ আড়াই পোয়া, তেজপাতা একটা, ডালচিনি একগিরা, ছোটএলাচ একটা, লঙ্গ চারিটা, দেশী পেঁয়াজ দুইটা, জাকরান পাঁচ ছয় রতি । এইগুলি আধ-নির মশলা ।

যি তিন কাঁচা, তেজপাতা দুইটা, বাদাম কুঁচা তিন কাঁচা, ছোটএলাচ দুইটা, ডালচিনি দুইগিরা, লঙ্গ পাঁচ ছয়টা, মাজিরা সিকিকাঁচা, চাল একপোয়া, হুন সিকি কাঁচা, নারিকেলের খাঁটি দুধ আধপোয়া । এইগুলি চালভাজা মশলা ।

কুঁচা পেঁয়াজ দেড় ছটাক, ছানা দেড়ছটাক, ময়দা (ছানায় মাখিবার জন্য) দেড় কাঁচা, পুরু মালাই সর দেড় ছটাক, কুঁচা নারিকেল আধ ছটাক, কিসমিস আধ পোয়া, ঘি (ছানা আলু প্রভৃতি ভাজিবার জন্য) দেড় ছটাক, বড় কাগজি নেবু একটা, বাদাম কুচি এক কাঁচা, পেস্তা কুচি এক কাঁচা ।

প্রণালী।—প্রথমে একটা নারিকেল কুরিয়া তাহাতে আড়াই পোয়া গরম জল দিয়া নিংড়াইয়া নিংড়াইয়া যতটা পার হুধ বাহির কর ; কাপড়ে করিয়া হুধটা ছাঁকিয়া লও। এই আড়াই পোয়াটাক নারিকেলের জলীয় হুধে একটা তেজপাতা (তেজপাতাটা হু আধখানা ভাঙ্গিয়া দিবে), একগিরা ডালচিনি, একটা ছোট এলাচ, চারিটা লঙ্গ, দুইটা দেশী পেঁয়াজ (খণ্ড খণ্ড কাটিয়া দিবে), পাঁচ ছয় রতি জাফরান (যদি ভাত সাদা রাখিতে চাও তাহা হইলে ইহা দিবে না) এই সকল মশলা দিয়া আগুনে চড়াও। বার চৌদ্দ মিনিট ধরিয়া ইহা ফুটিলে নামাইবে কারণ পেঁয়াজগুলি একটু গলা আবশ্যক। ইহাই মালাই পোলাওয়ার আঁধনি।

এইবারে প্রথমে দেড় ছটাক ছানা টোপাকুলের আকারে বড়ি বড়ি করিয়া রাখ। ছানাগুলোতে এক কাঁচা কি দেড় কাঁচা ময়দা মাখিয়া রাখ। মালাই সর হু আঙ্গুল চওড়া এবং তিন আঙ্গুল লম্বা করিয়া কাটিয়া কাটিয়া রাখ। আধখানা নারিকেলের কতকাংশ চিড়ের ন্যায় মিহি করিয়া কুঁচাইয়া রাখ। কুঁচা নারিকেলগুলি ওজনে আধছটাক হওয়া চাই। এইবারে পোলাওয়ার হাঁড়িতে দেড় ছটাক ঘি দিয়া আগুনে চড়াও। ঘি গলিয়া গেলে উহাতে এক ছটাক পেঁয়াজ কুঁচা দাও ; ঘন ঘন নাড়িতে থাক। সাত আট মিনিট পরে হাঁড়ি নামাইয়া পেঁয়াজগুলি একটা পাত্রে উঠাইয়া রাখ। পাত্রে উঠাইয়া পেঁয়াজগুলি একটু নাড়িয়া চাড়িয়া দিবে তাহা হইলে বেশ ঝরঝরে হইয়া উঠিবে। পেঁয়াজ ভাজা ঘিয়েই ময়দামাখা ছানাগুলো ছাড়িয়া দাও, হু এক মিনিট নাড়িয়া চাড়িয়া বাদামী রং হইলেই ভাজা ছানাগুলি উঠাইয়া রাখ। ছানা ভাজা হইবে

পর আবার ঐ ঘিয়েই নারিকেল কুচিগুলি ভাজ—খুব খুস্তি দিয়া নাড়িতে থাক। মিনিট দু তিন হইলে নামাও। নারিকেল ভাজাগুলির রং বাদামী হইবে। ফের ঐ ঘিয়েই আধপোয়া কিসমিস্ চড়াও। এক মিনিট নাড়িয়া কিসমিস্গুলি ফুলিয়া উঠিলেই নামাও। কিসমিস্ ভাজাগুলি পাত্রে উঠাইয়া রাখ।

তিন কাঁচা ঘি চড়াইয়া তাহাতে দুইটা তেজপাতা ভাঙ্গিয়া দাও। বাদাম কুচি তিন কাঁচা, ছোট এলাচ দুইটা, দালচিনি দুই গিরা, পাঁচ ছয়টা লঙ্গ, সাজিরা দিকি কাঁচা এই সকল মসলা দিয়া মিনিট তিন চার পরে এক পোয়া চাল ছাড়িয়া ভাজ। উহাতে দিকি কাঁচা শুন ছাড়। মিনিট তিন অন্তর আধ ছটাক করিয়া চালে খাঁটি নারিকেল দুধ দাও ; সর্ব সমতে আধ পোয়াটাক খাঁটি নারিকেল দুধ এই চালে খাওরাইতে হইবে। কোরা নারিকেল একটু একটু গরম জলের ছিটা দিয়া কাপড়ের দ্বারা খুব নিংড়াইয়া নারিকেলের খাঁটি দুধ বাহির করিতে হয়। বার তের মিনিট ধরিয়া চালটা ভাজা হইলে আড়াই পোয়া নারিকেলের দুধের আঁথনিটা বাহা প্রথমেই রাখা গিয়াছে সেইটা ঢানিবে (আঁথনি হইতে পেঁয়াজগুলি বাছিয়া ফেলিতে হইবে) এবং উহাতে একটা বড় কাগজির রস খুব নিংড়াইয়া দিবে। দু তিন ফুট খুব ফুটলে তাহার পর হাঁড়ি ঢাকিয়া নরম আঁচে বসাইবে। মধ্যে মধ্যে ঢাকা খুলিয়া দুতিন মিনিট অন্তর চালগুলি উন্টাইয়া পান্টাইয়া নাড়িয়া দিবে। পঁচিশ মিনিটে প্রায় চাল পাকিবে। তাহার পর হাঁড়ি নামাইয়া ভাত হাতে করিয়া দেখিবে যে বেশ সিদ্ধ হইয়াছে কিনা ; ভাত শক্ত থাকিলে আর একটু চড়াইয়া দিবে।

এইবার একটা গভীর পাত্রে একস্তর ভাত রাখ; তাহার উপর পেঁয়াজ ভাজা খানিকটা, কতকটা কিস্মিস্ ভাজা, কতকটা ছানা-ভাজা এবং কতকগুলো সর ভাজা সাজাও। ফের উহার উপর একস্তর ভাত চাপা দাও। তাহার উপর আবার পেঁয়াজভাজা প্রভৃতি দিয়া আবার ভাত চাপা দাও। সব উপরে পেঁয়াজ ভাজা, এক কাঁচা বাদাম কুচি, এক কাঁচা পেস্তা কুচি এবং অবশিষ্ট কিস্মিস্ ভাজাগুলি দিয়া সাজাও।

ইহা চিংড়িমাছের দোপেঁয়াজা, মাছভাজা, মাংসের গ্রিল প্রভৃতি দিয়া খাইতে বেশ লাগিবে।

২৭। রামমোহন দোআ পোলাও।*

উপকরণ।—২৩টা পটল, মোরঝা এক পোয়া (কমলা লেবুর গুরু মোরঝা + কুনড়ার মিঠাই এবং আদার গুরু মোরঝা সব মিলিয়া এক পোয়া), পোলাওয়ের চাল এক পোয়া, জল একদের, ঘি দুই ছটাক, বাদাম দুই ছটাক, পেস্তা আধ ছটাক, কিস্মিস্ আড়াই ছটাক, দুধ এক পোয়া বা দেড় পোয়া, চিনি এক পোয়া, বড় কাগজি নেবু দুইটা, জাফরান ছয় সাত রতি, গরম মসলা গুঁড়া এক চিম্টি অর্থাৎ তিন আঙ্গুলে যতখানি ধরে।

প্রণালী।—সাতটা পটলের প্রত্যেকটা চারভাগে কাটিয়া বিচি ফেলিয়া দিয়া কুচি কুচি কর। বাকি ষোলটা পটলের খোসা ছাড়াইয়া আস্ত রাখ। এই ষোলটা পটলের বিচি বাহির করিয়া

* এই উৎকৃষ্ট পোলাওটা আমরা রাজা রামমোহন রায়ের নামে উৎসর্গ করিয়া ইহার নাম রামমোহন দোআ পোলাও রাখিলাম। ইহার প্রকৃত নাম হওয়া উচিত মিঠা দোআ পোলাও।

+ কমলা লেবুর মোরঝা এবং আদার মোরঝার অভাবে কেবল মাত্র কুনড়ার মোরঝাতেই চলিবে।

ফেলিবার জন্য দুই হাতে করিয়া একবার দলিয়া দশপনের মিনিটের জন্য রৌদ্রে দিবে। ইহাতে পটলগুলি নরম হইলে সহজে বিচি বাহির করা যাইবে। নরম না হইলে বিচি বাহির করিবার সময় পটলগুলি ফাটিয়া ভাঙ্গিয়া যাইতে পারে। রৌদ্রে দিবার পর পটলগুলি আর একবার দুহাতে দলিয়া একটু নরম করিয়া লও। তারপর লম্বা লম্বিদিকে একটা করিয়া চির দাও। এই চিরের ফাঁক দিয়া পটলের বিচিগুলি বাহির করিয়া ফেল। পটলের কুঁচাগুলি এবং আস্ত পটলগুলি ধুইয়া আলাদা আলাদা পাত্রে রাখ।

এক পোয়া মোরবার সমুদায়টুকু কুচি কুচি করিয়া রাখ। বাদাম ও পেস্তাগুলি খোসা ছাড়াইয়া কুচি কুচি করিয়া রাখ এবং কিস্মিস্‌গুলি ধুইয়া বাছিয়া রাখ।

আধ সের জলে পটল কুচিগুলি সিদ্ধ করিতে চড়াও। হাড়ি ঢাকা দিয়া রাখ। ছয় সাত মিনিট পরে ঢাকা খুলিয়া আস্ত পটল-গুলি উহাতেই ছাড়িয়া দাও। মিনিট চার পাঁচ পরে হাড়ি নামাইয়া জল পশাইয়া ফেল। পটলকুঁচাগুলি ও আস্ত পটলগুলি আলাদা আলাদা পাত্রে উঠাইয়া রাখ। পটলের কুঁচাগুলি দুহাত দিয়া চাপিয়া জল নিংড়াইয়া রাখিয়া দাও। আস্ত পটলগুলির মধ্য হইতেও জল বাহির করিয়া ফেল।

কুঁচা পটলগুলির সহিত আধছটাক কুঁচা কিস্মিস্, আধছটাক কুঁচা বাদাম ও এক ছটাক কুঁচা মোরবা মিশাও। এইগুলি আস্ত পটলের ভিতর পুর দিতে হইবে। আস্ত পটলগুলার মধ্যে পটলকুঁচা ও মোরবা প্রভৃতির পুর পুরিয়া সূতার তিন চার পাক দিয়া পটলগুলি বাধিয়া দাও তাহা না হইলে পুর পড়িয়া যাইতে পারে।

এক পোয়া জলে দুই গিরা দালচিনি, চার পাঁচটা লঙ্গ, একটা মুখ খোলা ছোট এলাচ দিয়া আগুনে হাঁড়ি চড়াও। উহাতে এক পোয়া চিনি দিয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। দু তিন মিনিট পরে চিনিটা গলিয়া গেলে হাতার দ্বারা একবার ঘাঁটিয়া দিয়া ঢাকা চাপা দাও। চিনি দিবার প্রায় সাত আট মিনিট পরে একটা বড় কাগজিনেবুর রস দাও। পরে পটলের দোন্নাগুলা, আধছটাক বাদাম, আধপোয়া মোরলা, আধ ছটাক কিসমিস ও তিন চার রতি জাকরান রসে কেলিয়া দিয়া ঢাকা দাও। এক চিমটি গরম মসলাগুড়া * সিরাতে ছড়াইয়া দাও। রস পাকিতে কুড়ি বা পঁচিশ মিনিট সময় লাগিবে। রসটা একটু ঘন হইয়া আসিলে তবেই নামাইবে; সিরা বা রস নামাইয়া উহাতে আর একটা বড় কাগজিনেবুর রস (দু এক চাকার রস) দাও।

দুই ছটাক বিরে দুই তিনটা তেজপাতা, দুইটা ছোট এলাচ, দুই তিনগিরা দালচিনি এবং ছয় সাতটা লঙ্গ কেলিয়া দিয়া পোলাওয়ের হাঁড়ি চড়াও। মসলাগুলি কুঁকট করিতে আরম্ভ করিলেই দেড় ছটাক কিস্মিস্ উহাতে ছাড়। মিনিট দুই নাড়িয়া চাড়িয়া কিস্মিস্‌গুলা কলিয়া উঠিলেই উহা হটাই আধ ছটাক আন্দাজে কিস্মিস্ সাত দাগটিকার জন্য উঠাইয়া রাখ অবশিষ্ট কিস্মিস্‌গুলা হাঁড়িতেই থাকুক। কিস্মিস্‌গুলার উপরেই চারিটা খেঁতো করা ছোট এলাচ ও এক পোয়া পোলাওয়ের চাল ছাড়। চালটা এক ঘণ্টা দেড় ঘণ্টা ভিজাইয়া রাখিলেই ভাল কারণ ভিজাইয়া রাখিলে ভাত ঝরঝরে হয়, গায়ে গায়ে লাগিয়া

* একগিরা ডালচিনি, দশ বাগটা লঙ্গ ও দুইটা ছোট এলাচ গুড়াইয়া তাহার এক চিমটি লইতে হইবে।

যায় না। খুব নাড়িয়া চাড়িয়া চালগুলি ভাজিতে থাক। এক ছটাক বাদাম কুঁচা ও এক কাঁচা পেস্তা কুঁচা উহাতে দাও। মিনিট তিন চার ধরিয়া ভাজিয়া উহাতে দেড় পোয়া ছুধ ও এক পোয়া জল দিয়া নাড়িয়া দাও। ঢাকা দিয়া রাখ। জলটা ফুটিয়া উঠিলে তিন চার রতি জ্বাকরান দাও। তিন চার মিনিট অন্তর এক একবার উন্টাইয়া পাণ্টাইয়া চালগুলি নাড়িয়া দিবে। যখন ভাতগুলো অনেকটা নরম হইয়া আসিয়াছে দেখিবে তখন সিরার আধ পোয়া রসটা উহাতে ঢালিয়া দিবে। চালে জল দিবার আন্দাজ মিনিট কুড়ি পরে দেখিবে ভাত সিদ্ধ হইয়াছে এবং জল মরিয়া গিয়াছে। ভাত আঙ্গুলে করিয়া লইয়া দেখিবে নরম হইয়াছে কি না যদি শক্ত থাকে তাহা হইলে একটু ছুধের ছিটা মরিয়া খানিকক্ষণ চিমা আঁচে বসাইয়া রাখিতে হইবে।

এইবারে একটা ডিশ বা স্প্লেটের নায় গভীর পাত্রে কি গভীর থালায় একটু বাদাম কুঁচা একটু ভাজা কিসমিস্ ও কতকটা কুঁচা মোরঙ্গা রাখিয়া তাহাতে এক থাক পোলাওয়ার ভাত দাও। ভাতের উপর পাঁচ সাতটা দোয়া, রস ও রসপক্ক মোরঙ্গা প্রভৃতি রাখ। তাহার উপর ভাত ঢাপা দাও। কেবল আদ্র এক স্তর দোয়া প্রভৃতি দিয়া ভাত ঢাপা দাও। সব উপরে শুক মোরঙ্গা, কিসমিস্, বাদাম কুঁচি, পেস্তা কুঁচি দিয়া সাজাও। ইচ্ছা করিলে গোলাপ জলের ছিটা দিয়া গোলাপের গন্ধ করিয়া দিতে পার।

মিষ্টপোলাও মাত্রই মিষ্টানের ত্রায় শুদ্ধ থাকিলেই চলে। বাহার্য্য মিষ্ট রস তত ভাল না বাসেন তাঁহার্য্য মিষ্টপোলাও কোণ্ঠা প্রভৃতির সহিত খাইতে পারেন। আশ্চর্য্যনিরা অনেক সময় পুডিং-

এর পরিবর্তে আমাদের দেশীয় মিষ্ট পোলাও ব্যবহার করিয়া থাকে।

২৮। আনারসী মালাই পোলাও।

উপকরণ।—আনারস একটা, চিনি দেড় পোয়া, দালচিনি ছগিরা, লঙ্গ তিন চারিটা, জল এক পোয়া, জাকরান ছই তিন রতি, চিনে কাগজি একটা (দেশী কাগজি হইলে ছইটা নেবুর রস লাগিতে পারে)। এইগুলি সিয়া বা রসের মসলা।

নারিকেলের খাঁটি দ্ব্য তিন ছটাক, নারিকেলের জলীয় দ্ব্য তিন পোয়া, পোলাওয়ের চাল আধ সের, ঘি ছই ছটাক, তেজপাতা ছইটা, দালচিনি ছগিরা, লঙ্গ দশ বারটা, ছোটএলাচ ছটা, কুমড়ার মিঠাই এক পোয়া, কুঁচা কিসমিস এক ছটাক, বাদাম কুঁচা এক ছটাক, জাকরান তিন চার রতি। এইগুলি চালের মসলা।

ছোট এলাচ পাঁচ ছয়টা, গোলাপ জল এক ছটাক, রুপার পাত চার পাঁচ পাতা। এইগুলি সাজাইবার মসলা।

প্রণালী।—একটা আনারসের প্রথমে খোসা ছাড়াইয়া তার পরে চোখগুলা ভাল করিয়া উঠাইয়া ফেলিবে, চোখগুলা না উঠাইয়া ফেলিলে খাইবার সময় মুখ চুলকাইতে পারে। ভিতরের বুকাও কাটিয়া ফেলিতে হইবে। পোলাওয়ের জন্য আনারস ডুমা ডুমা করিয়া কটিবে। আধ সের চালের পক্ষে একটা আনারস ঠিক। আনারস খণ্ডগুলায় আধপোয়া আনাজ জল দিয়া আগুনে চড়াও। মিনিট ষোল সতের ধরিয়া সিদ্ধ হইলে নামাইয়া জল ঝরাইয়া ফেল।

ভাপান আনারসগুলায় দেড় পোয়া চিনি, ছগিরা দালচিনি, তিন চারিটা লঙ্গ, ছ একটা ছোট এলাচ ও এক পোয়া জল দিয়া

ফের আঙুনে চড়াও। পাঁচ সাত মিনিট হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখিয়া তাহার পরে ঢাকাটা খুলিয়া দিবে, তাহা না হইলে রস গাঢ় হইতে অত্যন্ত দেরী লাগিবে। আনারস চড়াইবার পনের মিনিট পরে, দুই তিন রতি জাফরান উহাতে দাও। একটি চিনে কাগজি নেবুর দুই চাকা রস দিয়া একবার হাতায় করিয়া নাড়িয়া দাও। চড়াইবার প্রায় পঁচিশ মিনিট পরে, রসটা একটু গাঢ় হইয়া আসিলে নামাও।

একটা খুব বড় নারিকেল (ছোট হইলে প্রায় দুইটা নারিকেল চাই) কুরিয়া তাহাতে এক ছটাক গরম জল দিয়া খুব নিংড়াইয়া খাঁটি দুধ অর্থাৎ “চিকনা” বাহির কর। উহা ছাঁকিয়া লও। খাঁটি দুধটা তিন ছটাক আন্দাজ হইবেক। এইবারে ছিবড়া গুলি ফের আধসের আন্দাজ গরম জলে গুলিয়া নিংড়াইয়া নিংড়াইয়া দুধ বাহির কর। এই জলীয় দুধটা ও ছাঁকিয়া রাখ।

আধসের পোলাওয়ের চাল বাছিয়া ধুইয়া রাখ।

একটা পোলাওয়ের হাঁড়িতে দু' ছটাক ঘি চড়াও। ঘি গলিলে উহাতে দুইটা তেজপাতা, দুগিরা দালচিনি, দশ বারটা লঙ্গ ও দুইটা ছোট এলাচ ফেলিয়া দাও। মসলাগুলি ফুটকাট করিয়া উঠিলে চালগুলি ছাড়িয়া দিবে। চাল ছাড়িয়া খুস্তি দিয়া খুব নাড়িয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখিবে। কেবল মিনিট দু' তিন অন্তর এক ছটাক আন্দাজ নারিকেলের খাঁটি দুধ ঢালিয়া খুব নাড়িয়া দিতে হইবে। আঙুনে ঘি চড়াইবার প্রায় মিনিট পনের পরে, নারিকেলের তিনপোয়া জলীয় দুধ ঢালিয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। ইহার পাঁচ সাত মিনিট পরে, তিন ছটাক কুমড়ার মিঠাই (কুচি কুচি করা), এক ছটাক কিমা বা কুঁচা কিসমিস, এক ছটাক কুঁচা বাদাম

ও তিন চার রতি জাকরান দিয়া খুস্তি দ্বারা নাড়িয়া চাড়িয়া দাও। হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। ঘি চড়াইবার প্রায় মিনিট পঁয়ত্রিশ পরে, আনারসের সিরি হইতে আধপোয়া আন্দাজ রস উহাতে দিবে। উন্টাইয়া পান্টাইয়া খুব নাড়িয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখিবে। আর মিনিট পাঁচ পরে, আর একবার নাড়িয়া চাড়িয়া ভাতের হাঁড়ি নামাইবে। আঁধনি ঢালিবার পর, কুড়ি বা পঁচিশ মিনিট লাগে পোলাও পাকিতে। জল শুকাইয়া ভাত ঝরঝরে হইলে, তবে নামাইবে।

এখন একটা গভীর পাত্রে তলায় আধ ছটাক গোলাপ-জল ছড়াইয়া, প্রথমে এক থাক ভাত রাখ। ভাতের উপর পাঁচ ছয়টি খোলাশুক ছোট এলাচ ছড়াইয়া, আনারসগুলা সাজাইয়া রাখ। আনারসের উপর ফের আর এক থাক ভাত দিয়া তাহার উপরে সিরি বারস ছড়াও। উপরে গোলাপজন ছিটা দাও। রূপার পাত বসাইয়া সাজাও।

২২। ছানার কোপ্তা পোলাও।

উপকরণ।—পেঁয়াজ কুঁচা আধ পোয়া, ঘি তিন কাঁচা (পেঁয়াজ লাল করিবার জন্য)।

লঙ্কামরিচ ছয়টা, আদা একগিরা, দালচিনি একগিরা, ছোট এলাচ একটা পেঁয়াজ আধ তোলা, ধনে সিকি তোলা, লঙ্গ আটটা, ছানা এক পোয়া, মুন এক তোলা, ছোলার ছাতু এক ছটাক, পোলমরিচ গুঁড়া আধ তোলা, গরম মসলা গুঁড়া এক চুটকি বা চিমটি (দশটা লঙ্গ, দুটা ছোট এলাচ, এক গিরা দালচিনি মিহি গুঁড়াইয়া তাহার এক চিমটি লইবে), বড় কাগজি নেবু একটা, দৈ এক পোয়া, ঘি সওয়া তিন ছটাক; এইগুলি কোপ্তার মসলা।

নারিকেলের জলীয় দুধ আড়াই পোয়া, আদা এক গিরা, ধনে আধ তোলা, পেঁয়াজ আধ তোলা, লঙ্গ দশটা, দালচিনি এক-গিরা, ছোটএলাচ একটা ; এইগুলি আঁধনির মসলা ।

চাল আধ পোয়া, নারিকেলের খাঁটি দুধ আধ পোয়া, বি আধ ছটাক, ভুন আধ তোলা, সাজিরা দিকি তোলা, দালচিনি দুগিরা, লঙ্গ আটটা, ছোট এলাচ পাঁচটা, তেজপাতা একটা ; এইগুলি চালভাজা মসলা ।

জাকরান চার রতি ।

প্রণালী ।—হাঁড়িতে তিন কাঁচা ঘি চড়াইয়া পেঁয়াজ কুঁচা-গুলি ঘন ঘন নাড়িয়া ক্রম বা লাল কর। ঘি খুব গরম হইলে, তারপর পেঁয়াজ কুঁচা তাহাতে দিলে, লাল করিতে প্রায় মিনিট পাঁচ লাগে ; ঘি দিবার সঙ্গে সঙ্গে পেঁয়াজ ছাড়িলে প্রায় মিনিট আট লাগে ; উনানের আঁচের তত জোর না থাকিলে মিনিট দশ লাগিতেও পারে । পেঁয়াজ কুঁচাগুলি লাল করা হইলে একটী পাত্রে উঠাইয়া রাখ ।

এক্ষণে কোপ্তার জন্ত মসলা বাটিতে হইবে। ছয়টা গুরু লঙ্গা, আদা এক গিরা, দালচিনি একগিরা, লঙ্গ আটটা, ছোট এলাচ একটা, ধনে দিকি তোলা ও পেঁয়াজ আধ তোলা এই সব মসলাগুলি একত্র পিষিয়া লও। প্রথমে শিলে একটু জলের ছিটা দিয়া লঙ্গাগুলি পেশ ; তারপরে আদা, লঙ্গ, পেঁয়াজ প্রভৃতি অন্য মসলাগুলি নোড়ায় করিয়া প্রথমে ছেঁচিয়া পরে জল দিয়া মিহি করিয়া পিষিয়া লও। সব পেশা বাঁটনা একটী পাত্রে তাল করিয়া রাখ ।

এক পোয়া ছানাও শিলে পিষিয়া লও। ছানা পেশা হইয়া

গেলে আধ তোলা নুন, ছোলার ছাতু পোনে ছটাক, গোল মরিচ গুঁড়া আধ তোলা, গরম মসলাগুঁড়া এক চুটকি, বাটনা এক তোলা (পূর্বে যে বাটনা তাল করিয়া রাখা হইয়াছে তাহা হইতে এক তোলা বাটনা লইবে) ও বড় কাগন্ধি নেবুর এক চাকা রস এই সব মসলা দিয়া ছানাটা বেশ শক্ত শক্ত করিয়া মাখ এবং ইহা হইতে বারটা গোল গোল কোপ্তা করিয়া রাখ।

দু ছটাক ঘি চড়াইয়া একটা কড়ায় কোপ্তাগুলা ভাজিয়া লও। হাঁড়ির অপেক্ষা কড়ায় কোপ্তা ভালরূপ ভাজা যায়। কোপ্তা কড়ায় দিয়া খুস্তির দ্বারা উণ্টাইয়া পান্টাইয়া দিতে হইবে। যদি দেখে কোপ্তা ঘিয়ে ভাজিবার সময় ভাজিয়া বা ফাসিয়া যাইতেছে, তাল ভাজা হইতেছে না, তাহা হইলে বুঝিবে যে ছানা এখনও নরম আছে; তাহা হইলে আর একটু ছাতু অবশিষ্ট কোপ্তাগুলার উপর ছড়াইয়া দিয়া কোপ্তাগুলার উপর উপর মাখিয়া লইবে। এক একবারে চার পাঁচটা করিয়া কোপ্তা ভাজ, দু এক মিনিটের মধ্যেই ভাজা হইয়া যাইবে। কোপ্তাগুলা ভাজা হইলে, অনেকটা আর-সোলার গায়ের মত উহার রং হইবে।

একটি হাঁড়িতে পাঁচ কাঁচা ঘি চড়াও। ঘি গরম হইলে অবশিষ্ট বাটনাটা ও আধ তোলা নুন উহাতে দিয়া খুব নাড়িয়া নাড়িয়া কসিতে থাক। আধ ছটাক জল দিয়া নাড়িয়া, তারপর উহাতে এক পোয়া দৈ ঢালিয়া দাও। দৈ ঢালিবার পর খুস্তি দিয়া হাঁড়ির তলা খুব ঘষিয়া নাড়িয়া রাখিয়া দাও। এখন হইতে দু তিন মিনিট অন্তর ঐরূপ নাড়িতে হইবে। ঘিয়ে মসলা ছাড়িবার প্রায় মিনিট কুড়ি পরে আর আধ ছটাক জল দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া ভাজা কোপ্তাগুলা সব হাঁড়িতে ছাড়িয়া দাও। হাঁড়িটা

একবার দোলাইয়া লইয়া ফের দু এক মিনিটের জন্য আঙুনে চড়াইয়া পরক্ষনেই নামাইবে। এখন কোণ্ডাগুলি একটি পাত্রে তুলিয়া রাখ এবং তাহার উপর হাঁড়ির খি-ঝোলটা ঢালিয়া দাও। সবশেষে বড় কাগজি নেবুর একটাকা রস এবং লাল করা কুঁচা পেঁয়াজ ছুটিখানি ছড়াইয়া দাও।

এইবারে পোলাওয়ের আঁখনি করিতে হইবে। নারিকেলের দুধ বাহির করিবার জন্য তিন পোয়া জল একটা হাঁড়িতে গরম করিতে চড়াইয়া দাও। একটা নারিকেল কুরিয়া তাহা আধ ছটাক গরম জলে কচলাইয়া কচলাইয়া খাঁটি দুধ বাহির কর—খাঁটি দুধ আধ পোয়াটাক হইবে। পরে বাকি ছিবড়াগুলি আবার আর আড়াই পোয়া গরম জলে কচলাইয়া দুধ বাহির কর—ইহাই জলীয় দুধ। দুধ কাপড়ের দ্বারা ছাঁকিয়া রাখিতে হইবে।

একটা ছোট কাপড়ে একগিরা আদা, আধ তোলা ধনে, একটা তেজপাতা, লঙ্গ দশটা, দালচিনি একগিরা, ছোট এলাচ একটা, পেঁয়াজ আধ তোলা এই সব মসলাগুলি পুঁটলি বাধিয়া রাখ। হাঁড়িতে আড়াই পোয়া নারিকেলের জলীয় দুধটা চড়াইয়া উহাতে মসলার পুঁটলিটা ফেলিয়া দাও; হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। চড়াইবার মিনিট দশ বার পরে হাঁড়ি নামাইবে।

এখন চাল ভাজিতে হইবে। একগিরা দালচিনি, লঙ্গ আটটা, ছোট এলাচ পাঁচটা, তেজপাতা একটা, সাজিরা সিকি তোলা (জিরাগুলি বাছিয়া ধুলা মুছিয়া লইতে হইবে) ও আধ ছটাক ঘি হাঁড়িতে রাখিয়া আঙুনে চড়াও। মসলাগুলি ফুটকাট করিলেই আধপোয়া চাল ও আধ তোলা মুন ছাড়। খুস্তি দিয়া হাঁড়ির তলা ঘষিয়া ঘষিয়া চার পাঁচ বার খুব নাড়িয়া নারি-

কেলের আধ ছটাক খাঁটি ছুধ দিয়া ফের নাড়িতে থাকিবেক।
 ছ তিন মিনিট পরে অবশিষ্ট নারিকেলের খাঁটি ছুধটা চালিয়া
 নাড়িতে থাক। ঘন ঘন (ছ এক মিনিট অন্তর) চালটা খুঁটি দিয়া
 উন্টাইয়া পান্টাইয়া ক্রমাগত নাড়িতে হইবেক।

চালভাজা মসলাগুলি আগুনে চড়াইবার প্রায় মিনিট দশ পরে
 নারিকেল ছুধের সমস্ত আঁখনিটা ঢালিয়া দাও। আঁখনিটা কাপড়ে
 ছাঁকিয়া লইতে হইবে। জল ফুটিলেই চার রতি জাফরান দিয়া
 হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। চাল সিদ্ধ হইতে থাকুক। কেবল মিনিট
 ছ তিন অন্তর এক একবার নাড়িয়া চাড়িয়া ফের ঢাকিয়া রাখিতে
 হইবে। আন্দাজ পঁচিশ মিনিটে ভাত বেশ সিদ্ধ হইয়া যাইবে।
 শেবশেবি ভাত আঁসুলে করিয়া তুলিয়া দেখিবে যে বেশ সিদ্ধ
 হইয়াছে কি না; যদি দেখ যে ভাত শক্ত আছে অথচ চালে
 আঁখনির জলটা থাইয়া ফেলিয়াছে, তাহা হইলে আর একটু (আধ
 ছটাক আন্দাজ) জলের ছিটা মারিতে হইবে। ছিটা মারিয়া
 একবার নাড়িয়া চাড়িয়া হাঁড়ি ঢাকা রাখিবে, একটু পরে নানা-
 ইবে।

এইবারে একটি পাত্রে ছুটিখানি ক্রন বা ভাজা পেঁয়াজ ছড়া-
 ইয়া, তাহার উপর এক স্তর ভাত রাখ। ভাতের উপর ঝোল
 সমেত কোপ্তাগুলি রাখিয়া তাহার উপর ফের ভাত চাপা দাও।
 সব উপরে কুঁচা পেঁয়াজ ছড়াইয়া দাও।

৩০। ছানার কুপু পোলাও। *

উপকরণ।—ছোলার ডাল এক ছটাক, আদা এক গিরা, বড়

- ছোট ছোট কোপ্তাকে কুপু বানিয়া থাকে।

দেশী পেঁয়াজ চারিটা, ধনে এক তোলা, দালচিনি একগিরা, ছোট এলাচ একটা, তেজপাতা একটা, জল একসের বা পাঁচ পোয়া। এই গুলি আঁথনির মসলা।

ছানা এক পোয়া, লঙ্কা মরিচ তিনটা, দেশী পেঁয়াজ দুইটা, আদা আধগিরা, ঘি আধ কাঁচা, লুন সিকি তোলা, গোলমরিচ শুঁড়া আধ তোলা, গরম মসলা শুঁড়া সিকি তোলা, ছোলার ছাতু তিন কাঁচা, বড় কাগজি নেবু একটা। এই গুলি কোপ্তার মসলা।

ঘি দেড় ছটাক, পেঁয়াজ কুঁচা আধ পোয়া।

ছোট এলাচ পাঁচটা, দালচিনি একগিরা, লঙ্গ দশটা, সাজিরা সিকি তোলা, তেজপাতা একটা, চাল আধ পোয়া। এই গুলি চালভাজা মসলা।

প্রণালী।—ছোলার ডাল এক ছটাক, আদা এক গিরা (চাকা চাকা কাটা), চারিটা বড় দেশী পেঁয়াজ কুঁচা, ধনে এক তোলা, দালচিনি এক গিরা, সাত আটটা লঙ্গ, তেজপাতা একটা (ভাজিয়া দিবে), এই সব মসলাগুলি একটি পুঁটলি করিয়া কাপড়ে বাঁধিতে হইবে। এই বড় পুঁটলির মধ্যে ধনে কয়টি কেবল আর একটি ছোট পুঁটলিতে পুরিয়া দিতে হইবে। সাড়ে চার পোয়া জলে মসলার পুঁটলিটা ফেলিয়া দিয়া হাঁড়ি চড়াও এবং ঢাকিয়া রাখ। কুড়ি বা পঁচিশ মিনিট পরে আঁথনি নামাইয়া রাখিবে।

দেড় ছটাক ঘি চড়াইয়া গরম হইলে তাহাতে আধ পোয়া পেঁয়াজ কুঁচা ছাড়িয়া দিয়া ক্রম করিতে থাক। ঘিয়ের সন্ সন্ আওয়াজ পাইলেই পেঁয়াজ গুলা খুস্তিদিয়া ঘন ঘন নাড়িবে; সাত আট মিনিটেই ক্রম বা ভাজা হইয়া যাইবে।

এক পোয়া ছানা শিলে খুব পিশিয়া লও। তিনটা শুক্ক লক্ষা, দুটা দেশী পেঁয়াজ, আধগিরা আদা শিলে পিশিয়া লইয়া ছানার সহিত মাথ, সিকি তোলা হুনও মাখিয়া লও। এই মাখা ছানাটি, একটি কড়ায় আধ কাঁচারও কম ঘি দিয়া ভাজিতে হইবে। ছানার নিজের ঘি আছে বলিয়াই এত অল্প ঘিয়েতেই ভাজা যায়। এত অল্প ঘিয়েতেও তাই ছানা কড়ার গায়ে লাগিয়া যায় না। খুস্তি দিয়া ছানাটা নাড়িয়া চাড়িয়া কড়ায় ছড়াইয়া দিতে হইবে। মিনিট দশ পরে বাদামী রংএর মতন হইয়া আসিলেই নামাইবে। এই ভাজা ছানাটা কের শিলে পিশিয়া উহার সহিত এক কাঁচা আন্দাজ ক্রন বা ভাজা পেঁয়াজ ও পিশিয়া লও। এইবারে আধ তোলা গোল মরিচ গুঁড়া, সিকি তোলা গরম মসলা গুঁড়া (দশটা লঙ্গ, দুটা ছোট এলাচ, একগিরা দালচিনি এই হিসাবে লইয়া মিহি গুঁড়াইয়া রাখিবে), ছোলার ছাতু দুই কাঁচা এই গুলি সব ছানার সঙ্গে মাখ। ইহা হইতে ছোট ছোট টোপা কুলের মত গোল গোল কোপ্তা বানাও। কোপ্তা প্রায় ত্রিশটা হইবে। কোপ্তাগুলির উপর কাগজি নেবুর একটাকা রস ছড়াইয়া দাও; এক কাঁচা ছোলার ছাতুতে কোপ্তাগুলি উপর উপর মাখিয়া রাখ।

তিন ছটাক ঘি কড়ায় চড়াও, ঘি গরম হইলে কোপ্তা ছাড়; এক একবারে ছয় সাতটা করিয়া ছাড়িবে। হ্রেক মিনিটেই ভাজা হইয়া যাইবে।

এইবারে চাল ভাজ। তিন কাঁচাটাক পেঁয়াজ ভাজা ঘিয়েই পাঁচটা ছোট এলাচ, এক গিরা দালচিনি, সিকি তোলা সাজিরা, দশটা লঙ্গ, তেজপাতা একটা এই সব মসলাগুলি ছাড়িয়া দাও।

ধরম মসলা ফুটকাট করিতে আরম্ভ করিলেই, আধপোয়া পোলাওয়ের চাল দিয়া খুব নাড়িয়া চাড়িয়া ঢাকা চাপা দাও। দুই তিন মিনিট পরে, আধ কাঁচা মুন দিয়া ফের নাড়িয়া ঢাকা দাও। আবার দুই তিন মিনিট পরে খুব নাড়িয়া চাড়িয়া, উহাতে তিন পোয়া আঁখনির জল ঢালিয়া দাও। হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। জল ফুটিলেই তিনচার রতি জাকরান দিবে। ভাত সাদা রাখিতে চাহিলে জাকরান দিবার আবশ্যক নাই। দুই তিন মিনিট অন্তর খুস্তি দিয়া নাড়িয়া ঢাকা দিয়া রাখিতে হইবে। এইরূপে চাল ছাড়িবার আধ ঘণ্টা পরে ভাত নামাইবে।

এইবারে একটা পাত্রে প্রথমে এক খাক পোলাওয়ের ভাত রাখ; তাহার উপর কতকগুলি কোপ্তা রাখ। কোপ্তার উপর ভাত চাপা দাও। ভাতের উপর কতকটা ত্রেন বা ভাজা পেঁয়াজ ছড়াইয়া অবশিষ্ট কোপ্তাগুলি মাজাইয়া রাখ। ফের ভাত চাপা দাও। সব উপরে ভাজা পেঁয়াজ দিয়া বড় কাগজি নেবুর ছত্রক ঢাকা রস ছড়াইয়া দাও।

৩১। ফারিগি ভাত।

ফারিগি।—একটি ভীমকলা বা আঁটিয়া-কলাখোছ কাটিয়া তাহার গুঁড়িটা তিন চারি ভাগে খণ্ড খণ্ড কর; তার পরে প্রত্যেক খণ্ডকে সরু সরু ফালা ফালা করিয়া চের। রৌদ্রে দশ বার দিন শুকাইতে দাও। যখন শুকাইয়া যাইবে, তখন তাহাতে আগুণ লাগাইয়া একেবারে সমস্তটা ছাই করিয়া ফেল, সেই ছাইগুলি একত্র এক স্থানে জড় করিয়া রাখ।

এখন একটি হাঁড়ি আনিয়া; তাহার ভিতর একটি অতি সামান্য

ছিত্ত্ৰ করিয়া দাও। তারপরে হাঁড়িতে ঐ ছাইয়ের কতকটা রাখিয়া, ছাইয়ের উপরে জল ঢালিয়া ভিজাইতে দাও ; অবশিষ্ট ছাই তুলিয়া রাখিয়া দিবে। এখন ঐ হাঁড়ির নীচে আর একটি হাঁড়ি কি পাত্র রাখিয়া দাও। ঐ পাত্রে ঐ জলটা আপনি চুঁইয়া চুঁইয়া পড়িবে।

এখন ঐ চৌরান জলটা একটু আশ্বাদ করিয়া দেখিবে যদি সোডার মত আশ্বাদ হয়, তাহা হইলেই ঠিক ক্ষার হইয়াছে বুঝিবে। ঐ জল রন্ধন ইত্যাদিতে দিতে দিতে ফুরাইয়া যাইলে আবার ঐ হাঁড়িতেই জল দিবে। ঐ ছাইয়ে যতদিন ক্ষারংশ থাকিবে, ততদিন ঐ হাঁড়িতে শুদ্ধ নূতন জল দিলেই হইবে ; নূতন জল দিয়া চাকিয়া দেখিলেই বুঝিতে পারিবে ইহাতে আর ক্ষারংশ আছে কি না। না থাকিলে আবার ঐ হাঁড়িতেই নূতন ছাই এবং জল দিয়া ক্ষারিণী প্রস্তুত করিবে।

আসাম প্রদেশের প্রায় সকল লোকেই অনেক রন্ধনে ঐ ক্ষারিণী ব্যবহার করিয়া থাকেন। ইহা খুব হজমী বলিয়া ব্যবহৃত হয়।

কিন্তু সব কলা গাছের ক্ষারিণী ভাল হয় না। আসাম প্রদেশে যে ভীমকলা বা আঁটিয়া কলার গাছ আছে তাহারই ক্ষার খুব ভাল হয়। সেখানে সচরাচর ইহারই ক্ষারিণী প্রস্তুত হইয়া থাকে। কার্ত্তিক মাস ক্ষারিণী প্রস্তুত করিবার ঠিক সময়।

উপকরণ। - ভাত এক মুঠা, জল আধপোয়া, পাঁচ ফোড়ন সিকি তোলা, একটি লঙ্কা মরিচ, ক্ষারিণী তিন রতি, ছুন সিকি তোলা, সরিষা তেল আধ কাঁচা।

প্রণালী। - একটি হাঁড়িতে আধ কাঁচা তেল চড়াইয়া দাও।

তেলে একটি শুকু লক্ষা আধখানা করিয়া ভাজিয়া দাও। লক্ষাটা ভাজা হইলে ফোড়নগুলি ছাড়; ফোড়ন ফুটকাট করিলেই আধ-পোয়া জল ঢালিয়া দাও; জলের ধোঁয়া বাহির হইলে ভাত ঢালিয়া দাও। এই সময়ে কারণি ও মুন দাও। জল মিনিট পাঁচ ফুটলে নামাইয়া গরম গরম খাইতে দিবে।

গুণাগুণ।—ইহা ভাতের প্রথমেই খাইতে হয়। ইহা বড় হজমী। পেট কামড়াইলে এই ভাত খাইলে বেশ উপকার হয়, কিন্তু অধিক খাওয়া ভাল না।

৩২। থ্যাকারা ভাত।

থ্যাকারা।—আসাম প্রদেশে থ্যাকারা বলিয়া যে এক প্রকার ফল জন্মে তাহা দুই জাতীয় হয়। এক জাতীয় থ্যাকারার নাম “বড় থ্যাকারা” এবং অপর জাতীয় থ্যাকারার নাম “কুঁজি থ্যাকারা”। ইহা অর্দ্ধ গোলাকৃতি কুঁজের ন্যায় অনেকটা দেবিতে হয় বলিয়া ইহার নাম কুঁজি থ্যাকারা হইয়াছে। কুঁজি থ্যাকারাই আসামে আমাশয় রোগের জন্য অতি উত্তম ঔষধ বলিয়া খ্যাত। ইহার ভিতরে গাব ফল বা মেন্‌গোষ্ঠিনের ন্যায় যে শাঁস থাকে, সেই শাঁস লোকে খায়; আর উপরের খোসা আমচুরের ধরণে কাটিয়া কাটিয়া শুকাইতে দেয়। আশ্চর্য্য! ইহার শাঁস মিষ্ট হয়, আর উপরের খোসা অতি মাত্রায় টক। এই খোসা শুকাইলে পর, কলসীতে পুরিয়া মুখবন্ধ করিয়া উঠাইয়া রাখিতে হয়। ভাল করিয়া রাখিতে পারিলে পনের কুড়ি বৎসর পর্য্যন্ত বেশ থাকে। আরো যত পুরাণ হয় তত ইহার গুণ বাড়ে। পুরাণ হইলে পুরাণ তেঁতুলের মত কাল হইয়া যায়।

উপকরণ।—কাটা শুকন কুঁজি থাকারা চারি পাঁচটা, এক মুঠা ভাত, জল এক পোয়া, হুন সিকি তোলা, পাঁচ ফোঁটা সরিষা তেল।

প্রণালী।—থাকারাগুলি এক পোয়া জলে আধ ঘণ্টা ভিজাইয়া রাখ; তার পরে হাত দিয়া মোলায়েম করিয়া জলের সহিত সুলিয়া লও।

একটি ছোট নুতন হাঁড়ি করিয়া এই থাকারাজল চড়াইয়া দাও। গরম হইলে এক মুঠা ভাত ফেলিয়া দাও, আর হুন দাও। ফুটিয়া ফুটিয়া ক্রমে যখন সব জলটা প্রায় ভাতে মরিয়া আনিবে, কেবল অল্প জোলো জোলো মাত্র থাকিবে, তখন নামাইয়া কাঁচা সরিষা তেল পাঁচ ফোঁটা ইহাতে ফেলিয়া দাও। এবং গরম গরম খাইতে দাও; যদি বেশী টক মনে হয় একটু হুন মিশাইয়া খাইতে হইবে।

ইহাতে এই কাঁচা তেল দেওয়াতে অধিকতর ফলদায়ক হয়।

গুণাগুণ।—ইহা আমাশয় রোগের অত্যন্ত হিতকারী এবং ক্ষতিকর।

৩৩। খাইমবি পোলাও।

উপকরণ।—চাল একপোয়া, ঘি আধপোয়া, চিনি এক পোয়া, জল তিন পোয়া, গোলাপ জল এক ছটাক, দারচিনি দুই গিরা, লঙ্গ দশ বারটী, জৈত্রী চার পাঁচ রতি, বাদাম আধছটাক, পেস্তা আধ ছটাক, মনেকা আধ ছটাক, কস্তুরী এক রতি, জাকরান চার রতি, দুধ তিন কাঁচা।

প্রণালী।—চালগুলি বাছিয়া ধুইয়া এক ঘণ্টাকাল জলে ভিজা-

ইয়া রাখিবে। বাদাম ও পেস্তা দশ মিনিট ভিজিলে থোসা ছাড়াইয়া রাখিবে। মনেকাগুলিও বোটা ছাড়াইয়া ধুইয়া রাখিবে। জাকরান এক কাঁচাটাক হুধে ভিজিতে দিবে।

একটি কড়ায় বা হাঁড়িতে তিন পোরা জল দিয়া এক পোয়া চিনি চড়াইয়া দাও; জল হইতে বোঁয়া উঠিতে থাকিলে আধ ছটাক হুধে এক ছটাক জল দিয়া, ইহাতে ক্রমে ক্রমে ছ তিনবারে ঢালিয়া দাও। এই হুধে রসের গাদ কাটিয়া গিয়া রস বেশ পরিষ্কার স্বচ্ছ হইবে। রস ফুটিয়া ফুটিয়া যখন রসের সমস্ত গাদ এক দিকে একত্র হইবে, তখন একটি চামচ বা কাঁজরি দিয়া আস্তে আস্তে গাদ তুলিয়া ফেলিবে, যেন রসের সহিত ঘুলাইয়া না যায়। যতক্ষণ গাদ উঠিবে উঠাইয়া ফেলিবে। রস প্রায় কুড়ি মিনিট দিগ্ধ হইলে তবে নামাইবে। এ রস বেশ পাতলা থাকিবে। রসটা একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখ।

একটা হাঁড়িতে সমস্ত ঘিটা চড়াইয়া দাও। ঘিয়ের বোঁয়া বাহির হইলে, লঙ্গ দারচিনি ও জৈত্রীগুলি ছাড়িয়া দাও। গরম মশলা দিবার দুই তিন মিনিট পরে কাটা বাদাম ও পেস্তাগুলি ভিজান জাকরানের সঙ্গে মাখিয়া লইয়া ঘিয়ে ছাড়িয়া দাও। মিনিট তিন চারের মধ্যে স্বেৎ লালচে রং হইয়া আসিলে বাদাম ও পেস্তাগুলি উঠাইয়া মনেকাগুলি দিবে; মনেকা গুলি ফুলিয়া উঠিলেই উঠাইয়া রাখিবে। তার পরে ঐ ঘিয়েতেই চালগুলি ছাড়িয়া দিবে; তিন চারি মিনিট পরে চাল ফুটকাট করিতে আরম্ভ করিলে চিনির সমস্ত রসটা ইহাতে ঢালিয়া দিবে। এই সময়েই গোলাপজলে কস্তুরী ঘসিয়া গোলাপজল ঢালিয়া দিবে। হাতা দ্বারা নাড়িয়া দিয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখিবে। ভাতের জল

মরিয়া ভাত সিদ্ধ হইলে হাঁড়ি নামাইবে ; কিন্তু এই সময়ের মধ্যে দু তিনবার দেখিয়া নাড়িয়া দিতে হইবে ।

ভাত রসে যেন জ্বজ্ববে হইয়া থাকিবে । মনে হইবে যেন জল আছে, কিন্তু বাস্তবিক চিনি আর ঘিয়ে এইরূপ দেখিতে হয় ।

যখন পাত্রে ঢালিয়া দিবে তখন ভাতের উপরে ভাজা বাদাম পেস্তা ও মনেকাগুলি ছড়াইয়া দিবে ।

৩৪। হিন্দুস্থানী কোণ্ডা শোলাও ।

উপকরণ।—ছোলার ছাতু দু ছটাক বা আড়াই ছটাক, মুন আধ তোলা, ধনে আধ তোলা, জিরে আধ তোলা, গোলমরিচ আধ তোলা, লঙ্গ পাঁচটা, লঙ্কামরিচ চার পাঁচটা, তেজপাত একটা, দালচিনি দু একগিরা, ছেঁচা আদা আধ তোলা, ঘি এক কাঁচা, দেশী কাগজিনেবু একটা, জল এক পোয়া । এইগুলি কোণ্ডার মসলা ।

ছোলার ডাল আধ পোয়া, ছেঁচা আদা এক তোলা, তেজপাতা দুইটা, দালচিনি একগিরা, লঙ্গ পাঁচটা, জল তিন পোয়া । এইগুলি আঁখনির মসলা ।

চাল আধ পোয়া, ঘি এক ছটাক, দালচিনি দুগিরা, তেজপাতা দুইটা, ছোট এলাচ পাঁচটা, লঙ্গ দশটা, হলুদ বাটা সিকি তোলা । এইগুলি চালভাজা মসলা ।

পুরু সর আধ পোয়া, চিনি আধ তোলা ।

প্রণালী।—এক কাঁচা ঘি চড়াইয়া তাহাতে আধ তোলা ধনে, আধ তোলা জিরা, আধ তোলা গোলমরিচ, এক গিরা দালচিনি, একটা ছোট এলাচ, চারটা লঙ্কামরিচ, একটা তেজপাতা এই

মসলাগুলি ভাজ। ঘি গরম হইলে মসলাগুলি ছাড়িবে এবং মিনিট দুই তিন পরে ভাজা মসলা নামাইবে।

ভাজা মসলাগুলি শিলে মিহি করিয়া পিষিয়া লও। পিষিবার সময় জলের একটু ছিটা দিয়া পিষিবে। আধ পোয়া বা আড়াই ছটাক ছোলার ছাতু, আধ তোলা মুন, মসলা-ভাজা বাকি ঘি (এক কাঁচা), একটা দেশী কাগজিনেবুর রস এবং পেয়া ভাজা মসলা এই সব একত্র মাখ। লুটির ময়দা যেমন মাখে সেইরূপ জল দিয়া মাখিয়া গুলি বা তাল করিয়া রাখ। ইহা হইতে কুড়ি পঁচিশটি গোল কোপ্তা বানাও। ইচ্ছা করিলে এক তোলা পেঁয়াজ ভাজাও পিষিয়া ছোলার ছাতুর সহিত মাখিয়া লইতে পার। কোপ্তা ভাজিবার জন্য দুই ছটাক ঘি চড়াও ; ঘি গরম হইলে কোপ্তা ছাড়িয়া ভাজ ;—কোপ্তাগুলি লালচে লালচে রং হইলেই নামাইবে।

আধ পোয়া ছোলার ডাল, এক তোলা ছেঁচা আদা, দালচিনি এক গিরা, দুইটা তেজপাতা, পাঁচটা লঙ্গ এবং তিন পোয়া জল আঁথনির জন্য চড়াইয়া দাও। কুড়ি পঁচিশ মিনিট আন্দাজ পরে, ডালগুলি সিদ্ধ হইলেই আঁথনি নামাইবে।

এইবারে চাল ভাজিতে হইবে। আধ পোয়া চাল ধুইয়া বাছিয়া রাখ। এক ছটাক ঘিয়ে দুই গিরা দালচিনি, তেজপাতা দুটা (ভাজিয়া দিবে), ছোট এলাচ পাঁচটা, লঙ্গ দশটা ছাড়। মসলা কুটকাট করিলেই সিকি তোলা হলুদ বাটা একটু (আধ ছটাক আন্দাজ) জলে গুলিয়া ঘিয়ে ছাড়। তার পরে চাল ছাড়িয়া খুস্তি দিয়া খুব নাড়িয়া চাড়িয়া ঢাকা দাও। মিনিট দুই তিন পরে আধ তোলা মুন ছাড়িয়া দিয়া দেড় পোয়া আঁথনি

চাল। জলফুটিলে আধ পোয়া সর ও ইচ্ছা করিলে আধ তোলা চিনি দাও এবং নাড়িয়া ঢাকা দাও। দু তিন মিনিট অন্তর ঢাকা খুলিয়া এক একবার নাড়িয়া দিতে হইবে। আঁথনি ঢালিবার মিনিট পনের পরে যখন দেখিবে যে চালগুলো অনেকটা সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে, তখন হাঁড়ি নামাইয়া ভাতের উপর কোশ্ঠাগুলো রাখিয়া তাহার উপর ভাত চাপা দিবে।

এইবারে হাঁড়ি নরম আঁতে বসাও। মিনিট আট দশ পরে নামাইয়া রাখ।

৩৫। আপেলী পোলাও।

উপকরণ।—আপেল তিনটা, চিনি দেড় পো, জল দেড় পো, জাফরান তিন রতি। এইগুলি রসের মসলা

চাল এক গো, ঘি দেড় ছটাক, তেজপাতা দুটা, ডালচিনি দু গিরা, লঙ্গ দশটা, ছোট এলাচ পাঁচটা, বাদাম কুঁচা এক ছটাক, কিসমিস এক ছটাক। এইগুলি চাল ভাজা মসলা।

জল তিন পোয়া, জাফরান চার বা পাঁচ রতি।

প্রণালী।—আপেল তিনটার খোসা ছাড়াইয়া, বিচি বাহির করিয়া প্রত্যেকটাকে আট টুকরায় কাট। তিনটা আপেলের সবুজ চক্কিশ টুকরা হইবে।

আপেলগুলো দেড় পো জলে সিদ্ধ করিতে চড়াও। হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। একটু ভাপাইয়া নামাও; সবুজ মিনিট পাঁচ লাগিবে ভাপাইতে।

দেড় পোয়া চিনি ও দেড় পোয়া জল চড়াইয়া তাহাতে ভাপান আপেলগুলো ছাড়িয়া দাও; চিনিটা একটু পাক পাইলে আপেল-

গুলি ছাড়িবে; কুড়ি বা পঁচিশ মিনিটেই রস হইয়া যাইবে;—
উনানের খুব তেজ থাকিলে কুড়ি মিনিটেই হইবে। রসটা এক
পোয়া আন্দাজ থাকিবে। রসটা ফুটিতে আরম্ভ করিলে জাফরান
টুকু ছাড়িয়া দিবে।

দেড় ছটাক ঘিয়ে ছটা তেজপাতা, ছগিরা ডালচিনি, লঙ্গ
দশটা ও পাঁচ ছয়টা ছোট এলাচ ছাড়িয়া, হাঁড়ি আঁচ চড়াও।
মসলা ফুটফুট করিলে একপোয়া পোলাওয়ার চাল ছাড়। পরে
এক ছটাক বাদাম কুঁচা ও এক ছটাক কিসমিস ছাড়িয়া, দু এক
মিনিট নাড়িয়া চাড়িয়া তিন পোয়া জল দাও। জল ফুটিলেই পাঁচ
ছয় রতি জাফরান দাও। ভাতের একটু মাজ থাকিতে (চালে জল
দিবার প্রায় মিনিট পনের পরে) হাঁড়ি নামাইয়া ভাতের মধ্যে
গর্ত করিবে, গর্তের মধ্যে আপেলগুলা (খানিকটা রস সমেত)
রাখিয়া, তাহার উপর ভাত চাপা দিবে। সব উপরে অবশিষ্ট
সমস্ত রসটা ছড়াইয়া দিয়া, দমে বসাইবে; দমে বসাইবার কালে
ছাই চাপা দিয়া নরম আঁচ করিয়া দিবে। দশ পনের মিনিট পরে
ভাত ঠিক হইলে নামাইবে। এইরূপ নরম আঁচে আধ ঘণ্টা বা
আধ ঘণ্টার কিছু বেশীক্ষণ বসান থাকিলেও ইহাতে ঘি ও চিনির
রস থাকিতে ইহার কোন ক্ষতি হইবে না।

৩৬। কমলা পোলাও।

উপকরণ।—কমলানেবু ছয়টা, চিনি দেড় পোয়া, জাফরান
তিন রতি, জল দেড় পোয়া। এই গুলি রসের মসলা।

চাল এক পোয়া, ঘি দেড় ছটাক, তেজপাতা ছটা,
ডালচিনি দু গিরা, লঙ্গ দশটা, ছোট এলাচ পাঁচটা, বাদাম কুঁচা

এক ছটাক, কিসমিস এক ছটাক। এইগুলি চাল ভাজা মসলা।

জল তিন পোয়া, জাফরান চার পাঁচ রতি।

প্রণালী।—নেবুগুলার খোসা ছাড়াইয়া ধুইয়া রাখ। প্রত্যেক কোয়ার রগ (সুতার ন্যায় যে সাদা সাদা স্ত্রী স্ত্রী থাকে) উঠাইয়া ফেল। কোয়াগুলির মুখে ছুরি দ্বারা চির দিয়া বিচি বাহির কর। দেড় পোয়া চিনি ও দেড় পোয়া জল চড়াইয়া তাহাতে কমলানেবু গুলি ছাড়িয়া দাও। মিনিট পনের পরে হাঁড়ি নামাইয়া ঋণিকরণের জন্য (মিনিট দশের জন্য) রাখিয়া দিবে, তাহা হইলে কমলানেবুগুলার ভিতর হইতে জল বাহির হইয়া রসটা পাতলা হইয়া আসিবে; তখন ফের চড়াইতে হইবে। তিন রতি জাফরান রসে ফেলিয়া দিবে। রস এক পোয়াটাক আন্নাঙ্গ থাকিতে নামাইবে।

ইহার পর হইতে চালভাজা প্রভৃতি সমস্তই উপরিলিখিত আপেলী পোলাওয়ের ন্যায় করিতে হইবে।

৩৭। কমলা পোলাও (দ্বিতীয় প্রকার।)

উপকরণ। কমলানেবু নয় দশটা, ডালচিনি ছ গিরা, লঙ্গ পাঁচ ছয়টা, ছোট এলাচ দুটা, আধ ছটাক বাদাম কুঁচা, আধ ছটাক কিসমিস, কুমড়ার মেঠাই এক পোয়া, চিনির রস দেড় পোয়া। এইগুলি রসের মসলা।

যি দেড় ছটাক, তেজপাতা দুটা, লঙ্গ দশটা, এলাচ চারি পাঁচটা, ডালচিনি ছ গিরা। এইগুলি বি দাগ দিবার মসলা।

চাল এক পোয়া, জল পাঁচ পোয়া।

প্রণালী।—নেবুর কোয়াগুলার পিছন দিকে ছুরির দ্বারা লম্বা লম্বি চির দিয়া কেবল শস্যংশ বাহির করিয়া একটা পাত্রে রাখ, বিচি ফেলিয়া দাও ।

একটা হাঁড়িতে নেবুর রস সমেত শাঁসগুলি চড়াও ; হু গিরা ডালচিনি, পাচ ছয়টা লব্ধ ও ছটা ছোট এলাচ উহাতে ফেলিয়া দাও । হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখিবার আবশ্যক নাই । জলটা অনেকটা মরিয়া ঘন থকথকে হইয়া আসিলেই (হাঁড়ি চড়াইবার মিনিট পনের পরে), আধ ছটাক বাদাম, আধ ছটাক কিসমিস ও এক পোয়া কুঁচা মোরব্বা ছাড় । নেবু চড়াইবার মিনিট কুড়ি পরে দেড় পোয়া চিনির রস ঢাল । চারি পাঁচ মিনিট পরে, হাঁড়ি নামাইয়া রাখ ।

দেড় ছটাক ঘিয়ে ছটা তেজপাতা, দশটা লব্ধ, চার পাঁচটা ছোট এলাচ ও হু তিন গিরা ডালচিনি ছাড়িয়া আগুনে চড়াও ; বেশ দাগ দেওয়া হইয়া গেলে, এক কাঁচা কি আধ ছটাক ঘি হাঁড়িতে রাখিয়া, অবশিষ্ট ঘিটা একটা বাটিতে ঢালিয়া রাখ । হাঁড়িতে জল ঢাল ; জল ফুটিলেই ঢাল ছাড় । ভাত হইয়া গেলে হাঁড়ি নামাও ।

এখন একটা পাত্রে (খালায় বা প্লেটে) থানিকটা (এক কাঁচা-টাক) দাগি ঘি ছড়াইয়া, তাহার উপরে ভাত রাখ । ভাতের উপর রসপক নেবু বেশ করিয়া ছড়াইয়া দাও । আবার ভাত ঢাপা দিয়া ঘি ছড়াও । এইরূপে ক্রমান্বয়ে করিতে হইবে যতক্ষণ অবধি ভাত ও নেবু থাকে । এক পোয়া চালে এক ছটাক দাগি ঘি থাওয়া-ইতে হইবে ।

৩৮। কুলাঃ সাঙ্ঘুন নিগমং পোলাও।

উপকরণ।—চাল এক সের, মিষ্ট আমরস এক সের, ডেলা-
ক্ষীর এক পোয়া, হুধ আধসের, চিনি এক ছটাক, জাফরান এক
মাষা, কস্তুরী এক রতি।

প্রণালী। প্রথমে হুধ আল দিতে চড়াও; আধ সের হুধ
মরিয়া এক পোয়ায় দাঁড়াইলে নামাইয়া রাখ। হুধে আমরস,
ক্ষীর ও চিনি মিশাও। কস্তুরী রতিটী এবং জাফরান টুকু একটু
(আধ ছটাক আন্দাজ) গোলাপজলে মাড়িয়া আমরসের সহিত
মিশাইয়া ফেল।

চাল আধ ঘণ্টা প্রায় ভিজিলে, উত্তা দিক্ত করিতে চড়াও;
ভাত হইয়া গেলে, ফেন পশাইয়া রাখ।

এখন একটী গভীর পাত্রে প্রথমে একস্তর আমরস ঢালিয়া
তাহার উপর এক খাঁক ভাত রাখ; যতক্ষণ আমরস ও ভাত থাকিবে
ততক্ষণ এইরূপ করিতে হইবে।

আমরসে একটু ঘিও মিশাইয়া লইতে পার।

কস্তুরী না দিলেও কোন ক্ষতি নাই।

৩৯। দ্বারকানাথ ফিনি পোলাও। *

উপকরণ।—কামিনি আতপ আধপোয়া, সাবু এক ছটাক, হুধ
তিন পোয়া, চিনি তিন ছটাক, ছাড়ান বাদাম এক ছটাক, জল
তিন পোয়া, ছোট এলাচ তিনটা, দালচিনি ছইগিরা, গোলাপজল
এক কাঁচা বা আধ ছটাক। এইগুলি ফিনির মসলা।

* এই উৎকৃষ্ট পোলাওটী প্রপিতামহদেব ৮ দ্বারকানাথ ঠাকুরের নামে
উৎসর্গ করিয়া ইহার নাম দ্বারকানাথ ফিনি পোলাও রাখিলাম।

তিন ছটাক খোপানি, জল দেড় পোয়া, চিনি তিন ছটাক, কিসমিস আধ পোয়া, ছোট এলাচ তিনটা, দালচিনি দুইগিরা, লঙ্গ দশটা । এইগুলি রসের মসলা ।

পোলাওয়ের চাল আধ পোয়া, ঘি পাঁচ কাঁচা, দুধ এক পোয়া, জল আধসের, কুঁচা বাদাম তিন কাঁচা, জাকরান চার রতি, লঙ্গ আটটা, ছোট এলাচ পাঁচটা, দালচিনি দুই গিরা । এইগুলি চালের মসলা ।

কুমড়ার মেঠাই আধ পোয়া, আত বাদাম চব্বিশটা ।

প্রণালী ।—প্রথমে ফিনির জন্য কামিনি আতপ চাল বেশ রগড়াইয়া জলে ধুইয়া লও । চালে তিন পোয়া জল ও দুই গিরা দালচিনি দিয়া হাঁড়ি চাড়াও । এদিকে আর একটা উনানে একটা কড়ায় করিয়া তিন পোয়া দুধ গরম করিয়া লইবে । দুধ গরম হইতে মিনিট সাত আট লাগিবে ।

এইবারে ভাতের হাঁড়ির ঢাকা খুলিয়া, উহাতে এক ছটাক সাবু ও আধ পোয়া গরম দুধ ঢাল । এই ভাতে তিন পোয়া দুধ সমস্তটা খাওয়াইতে হইবে । ঢাকা খুলিয়া রাখিবে । মিনিট তিন চার অন্তর, থানিকটা থানিকটা দুধ ভাতে দিয়া নাড়িতে হইবে । তিন চারবারে সমস্ত দুধটা খাওয়াইবে । সমস্ত দুধটা ভাতে দেওয়া হইয়া গেলে, ডাল-ঘুঁটুনি দিয়া খুব ঘুঁটিয়া দিবে । এই সময় চাল সিদ্ধ হইয়া গিয়াছে । ডাল ঘুঁটুনি দিয়া ঘুঁটিয়া ফের ফুটিতে দাও । ভাত ঘুঁটিয়া দিবার হু তিন মিনিট পরে আধ পোয়াটাক জল দিয়া ফের ঘুঁটিয়া দাও । খুস্তি দ্বারা হাঁড়ির তলা ঘষিয়া ঘষিয়া খুব নাড়িয়া তিন ছটাক মিছরি (দোবারা চিনি) উহাতে দাও । হাতার দ্বারা নাড়িয়া

মিহরিটা ভাতের সঙ্গে বেশ মিশাইয়া দাও। ফুটিতে থাকুক।

এক ছটাক ছাড়ান বাদাম শিলে পিষিয়া লও। এই বাদাম বাটা ও তৎসঙ্গে শিল ধোয়া এক ছটাক জল ভাতে ঢালিয়া দাও। খুব হাতা দিয়া নাড়িয়া নাড়িয়া ভাতের সঙ্গে বাদামটা মিশাইয়া ফেল। বাদাম বাটা দিবার মিনিট পাঁচ সাত পরে হাঁড়ি নামাইয়া, ভাতটা একটা গভীর পাত্রে ঢাল। একটু ঠাণ্ডা হইলে গোলাপজলের ছিটা মার। গোটা তিন ছোট এলাচ খেঁতলাইয়া উহার আধ ভাগ। দানাগুলো উপরে ছড়াইয়া রাখিয়া দাও। ইহাই হইল গোলাপী ফিনি। ফিনি পাকিতে সর্বসমেত প্রায় তিন কোয়ারটার সময় লাগিবে।

তিন ছটাক খোপানি ভাল করিয়া ধুইয়া আধ সেরটাক জলে সিদ্ধ করিতে চড়াও। মিনিট দশ পরে, হাঁড়ি নামাইয়া খোপানি-গুলো একটা পাত্রে উঠাইয়া রাখ।

এখন দেড় পোয়া জলে দুই গিরা দালচিনি, দশটা লঙ্গ, তিনটা মুখখোলা ছোট এলাচ, সিদ্ধ খোপানিগুলো, তিন ছটাক চিনি দিয়া চড়াও। উহাতে আধ পোয়া ধোয়া বাছা কিসমিস ছাড়। দু একবার হাতা দিয়া নাড়িয়া দাও। রস পাকিতে প্রায় মিনিট পঁচিশ লাগিবে।

এইবারে চাল ভাজ। একটা হাঁড়িতে পাঁচ কাঁচা ঘি চড়াও। দু গিরা দালচিনি, আটটা লঙ্গ ও একটা ছোট এলাচ দিয়া ঘি দাগ দাও। দাগ দিতে মিনিট তিন চার লাগিবে। দাগ দেওয়া হইলে বিয়ে আধ পোয়া পোলাওয়ের চাল ছাড়; খুস্তি দিয়া নাড়িয়া রাখ। মিনিট তিন চার পরে চালের জল শুকাইয়া গেলে, এক

পোয়া হু ও হু পোয়া জল উহাতে ঢালিয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ । —কোন কোন চালে জল দেৱীতে শুকায় এবং কোন কোন চালে জল শীঘ্র শুকাইয়া যায় । এই কারণে সব চাল এক সময়ের মধ্যে ভাজা যায় না । —হাতা দিয়া চাল তুলিয়া দেখিবে যে চালের জল শুকাইয়া গিয়াছে কি না । তিন চার মিনিট অন্তর এক একবার হাঁড়ির ঢাকা খুলিয়া, খুস্তি দ্বারা নাড়িয়া দিতে হইবে । জল ফুটিয়া উঠিলে, এক ছটাক কুঁচা বাদাম ও চার রতি জাফরান উহাতে ফেলিয়া দাও এবং চারটা মুখখোলা ছোট এলাচও ফেলিয়া দাও । চালে জল দিবার কুড়ি বা পঁচিশ মিনিট পরে পোলাও নামাইয়া ফেল ।

এইবারে একটা গভীর পাত্রে প্রথমে এক থাক ফিনি রাখিয়া তাহার উপর কুঁচা কুমড়ামেঠাই, বাদাম কুঁচা ও কতকটা কিস-মিস সমেত রস ছড়াও । আরেক থাক ভাত চাপা দিয়া তাহার উপর কিসমিস ও খোপানি সমেত আর খানিকটা রস ঢাল । আবার ভাত চাপা দিয়া আবার রস সমেত কিসমিস ও খোপানি রাখ । কুঁচা কুমড়ার মেঠাই ও বাদামকুঁচা ছড়াও । সব উপরে চারিপাশে সাদা ফিনি দিয়া ঘিরিয়া দাও ; মাক্থানে খানিকটা গোল ফাঁক রাখ, যাহাতে পোলাওয়ের জাফরানি রং দেখা যায় । ফিনির উপরে চব্বিশ পঁচিশটা আস্তবাদাম (খোসা ছাড়ান) ও কুঁচা কুমড়ার মেঠাই ছড়াইয়া দাও ।

নিরানিষ খিচুড়ি ।

প্রয়োজনীয় কথা ।

উপকরণ । — খিচুড়ির উপকরণের মধ্যে হুইটী জিনিষ প্রধান

চাল ও ডাল। বিও আরেকটা প্রধান উপকরণের মধ্যে গণ্য হইতে পারে। ইহা বাতীত লক্ষ, দারচিনি, ছোটএলাচ, জৈত্রী, তেজপাতা, আদা, পেরাজ, হিং ইত্যাদি নানা মশলা খিচুড়ি রাঁধিতে আবশ্যক হয়। গলা বা ফেনসা খিচুড়ি রাঁধিতে হইলে কামিনী আতপই ভাল। ভূনি খিচুড়ির ন্যায় শুকু খিচুড়ির জন্য বাসমতী চিনিশর্কর প্রভৃতি পোলাওয়ের চাল উপযোগী। ডালেই প্রায় কঁকড় বালি বেশী থাকে সেই জন্য উহা ভাল করিয়া বাছিয়া ধুইয়া লইতে হইবে। খিচুড়ি রাঁধিবার জন্য ডেকচি, তিজেল হাঁড়ি, পোলাওয়ের হাঁড়ি ও সদপান ব্যবহৃত হয়।

ভোজন বিধি।—খিচুড়ির সঙ্গে কাণ্টি কাপ্তেন, চিংড়ির দোপেরাজা, চিংড়ির কারি, ঝাল ফেরিজি, বিন্দালু, ছানা বা কপি প্রভৃতির নিরানিষি কালিয়া, মাছের কালিয়া, হিজি, ডিমের আমলেট, কুর্কিট, নেটে ভাজা, মাছ ভাজা, শুটকি মাছ পোড়া, বড়ি ভাজা, আলু ভাজা, তিলপিটুলি বেগুন ভাজা, বেসন দিয়ে কুমড়া ও কপি প্রভৃতি ভাজা, আলু ভাতে, চিংড়ি মাছ ভাতে, ডিন ভাতে, মুলা ভাতে ইত্যাদি নানা তরকারী থাওয়া যায়। ভূনি খিচুড়ি বিশেষতঃ ডিমের আমলেট, কাণ্টি কাপ্তেন, মাছের ক্রাম ভাজা, নেটে ভাজা প্রভৃতি “শুকু শাকু” দিয়া খাইতে ভাল।

ধনে শাকের টক চাটনি, তেঁমতির চাটনি প্রভৃতি টক বা টক-মিষ্টি চাটনি দিয়াও খিচুড়ি খাইয়া থাকে। দই দিয়া খিচুড়ি খাইতেও মন্দ লাগে না।

গুণাগুণ।—

তণ্ডুলা দালিসংমিশ্রা লবণার্জকহিস্তুতিঃ।

সংযুক্তা সলিলে সিদ্ধা কুমরা কথিতা বৃদ্ধৈঃ ॥

কুমরা শুক্রা বলা শুক্রঃ পিতৃকফপ্রদা।

হৃজ্জরা বুদ্ধিবিষ্টভ্রমলমূত্রকরী স্মৃতা ॥ (ভাবপ্রকাশ)

চাল ও ডাল একত্র মিশ্রিত করিয়া, হুন, আদা ও হিঙ্গের সহিত জলে সিদ্ধ করিলে তাহাকে পণ্ডিতেরা কুমরা বা খিচুড়ি বলিয়া থাকেন। ইহা ধাতু পুষ্টিকর, বলকর, শুক্র, পিত্ত ও কক জনক, হৃজ্জর (সহজে হৃদয় হয় না), মল মূত্র কর, ও বুদ্ধিবিষ্টভ্র-জনক বলিয়া কথিত হইয়া থাকে।

চরকের মতে ইহার গুণ পোলাওয়ের অনুরূপ।

“তদ্ব্যাবতিলকীরমুদাসংযোগসাধিতাঃ।” (চরক)

মাষকলাই, তিল, ছন্ধ ও মুগের ডালের সহিত অন্ন পাক করিলে তাহারও গুণ ঐরূপ (পোলাওয়ের অনুরূপ) হয়। পোলা-ওয়ের গুণাগুণ ৫৭ পৃষ্ঠায় দেখ।

৪০। ফেন্সা খিচুড়ি।

উপকরণ।—সোণানুগের ডাল আধপোয়া, আতপ চাল আধ পোয়া, জল পাঁচ পোয়া, হুন আধ তোলা, হলুদ সিকি তোলা, বড় পেঁয়াজ চারি পাঁচটা, আদা আধ তোলা, ছোট এলাচ দুইটা, লবঙ্গ তিন চারিটা, দালচিনি সিকি তোলা, তেজপাতা ছুথানা, ঘি আধ পোয়া, আলু আটটা।

প্রণালী।—চাল ও ডাল খুব ভাল করিয়া বাছিয়া ধুইয়া ফেল। এক ছটাক ঘি চড়াইয়া তাহাতে ছুথানি তেজপাতা ছাড়িয়া দাও। ঘি গরম হইলে দুইটি মুখ খোলা ছোট এলাচ, দুগিরা দালচিনি, তিন চারিটা লবঙ্গ ছাড়। দু তিন মিনিটে ঘিয়ের দাগ দেওয়া হইলে, চাল ও ডাল ছাড়িয়া দাও। সাত আট মিনিট কষিলে

পর, যখন দেখিবে বেশ ঝরঝরে হইয়া আসিয়াছে, তখন ইহাতে পাঁচ পোয়া জল ঢালিয়া দাও ; আর হলুদ বাটা দাও। ক্রমে যখন দেখিবে ভাতগুলি সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে, তখন ডালঘুটুনি দ্বারা পাঁচ ছয়বার ঘুটিয়া দিতে হইবে। এইবারে পাঁচটী বড় পেঁয়াজ উপরের খোসা ছাড়াইয়া ইহাতে আস্ত ফেলিয়া দাও। আলুগুলিও (ছোট আলু হইলে আস্ত দিবে, বড় আলু হইলে, ছটুকরা করিয়া দিবে) খোসা ছাড়াইয়া দাও। আদা কুচি কুচি করিয়া দাও। হুন দাও। খিচুড়ি বেশ ডালে চালে মিশিয়া ঠিক হইয়া আসিলে নামাইবে। ইহা হইতে প্রায় মিনিট চল্লিশ লাগিবে।

৪১। ফেন্দা খিচুড়ি। (দ্বিতীয় প্রকার)

উপকরণ।—মুগের ডাল আধপোয়া, আতপ চাল আধপোয়া, ঘি দেড়ছটাক, জল একসের, আলু পাঁচ ছয়টা, ছোটএলাচ দুইটা, জৈত্রী এক পাপড়ি, লবঙ্গ চারিটা, দালচিনি এক গিরা, জিরা মরিচ দিকি তোলা, চিনি আধ তোলা, হুন আধ তোলা, তেজপাতা দুখানা, হলুদ একগিরা, আদা এক তোলা।

প্রণালী।—ডাল ও চালগুলি ধুইয়া বাছিয়া রাখ। একটি হাঁড়িতে ঘি চড়াইয়া তেজপাতা, ছোটএলাচ, লবঙ্গ, জৈত্রী ও দালচিনি ছাড়িয়া দাও। তিন চারি মিনিটে ঘি মাগ দেওয়া হইলে পর, চাল ও ডাল ছাড়। থুস্তি দিয়া নাড়িতে থাক। চাল ও ডাল ছাড়িবার মিনিট চারি পাঁচ পরে, চাল ফুটফাট করিতে আরম্ভ করিলে, একসের জল ঢালিয়া দিবে। ফুটিয়া উঠিলে, হলুদ বাটা গুলিয়া দিবে, এবং আস্ত আলু ফেলিয়া দিবে।

যখন আধ সিদ্ধ রকম হইয়া আসিবে, তখন হুন দিবে এবং জিরামরিচ বাঁটা টুকু ও চিনি টুকু একটু জলে গুলিয়া ঢালিয়া দিবে। ইহা সিদ্ধ হইতে আনাজ মিনিট কুড়ি পঁচিশ লাগিবে। তার পরে নামাইয়া আদার রস দিবে।

৪২। কড়াইগুটি দিয়া ফেন্সা খিচুড়ি।

উপকরণ।—সোণামুগের ডাল দেড়পোয়া, আতপচাল আধপোয়া, ঘি আধপোয়া, বড় পেঁয়াজ আধপোয়া, ছোটএলাচ ছটা, লবঙ্গ চারিটা, দালচিনি সিকি তোলা, তেজপাতা দুখানা, হুন এক তোলা, গরম জল পাঁচ পোয়া, হলুদ সিকি তোলা, লবঙ্গ মরিচ একটা, খোসা শুক কড়াইগুটি আধপোয়া।

প্রণালী—এই খিচুড়ির জন্য চালে ডালে মিশাইয়া আধসের লও। ইহাতে ডাল তিন ভাগ আর চাল এক ভাগ, এই হিসাবে লইতে হইবে।

একটা হাঁড়িতে ঘি চড়াও। পেঁয়াজগুলির উপরের খোসা ছাড়াইয়া ঘিয়ে আতাই লাল করিয়া লও। তিন চারি মিনিটে লাল হইলে, ঘি হইতে উঠাইয়া রাখ। এই ঘিয়েতেই তেজপাতা ও গরমমসলাগুলি (ছোটএলাচের মুখ খুলিয়া দিবে) ছাড়। গরমমসলার গন্ধ বাহির হইলেই চাল দিবে। খুস্তি দিয়া নাড়িতে থাক। চাল ফুটকাট করিয়া ফুটিয়া সাদা হইতে আরম্ভ হইলেই (যেন চাল ভাজার মত বেশী ভাজা, না হয়) ইহাতে ডালগুলি ঢালিয়া দিবে। ডাল দিয়া আর বেশীক্ষণ ক্বিতে হইবে না, দু একবার নাড়িয়া পাঁচপোয়া গরম জল ঢালিয়া দিবে। এই সঙ্গে বাঁটা হলুদ ও বাঁটা লবঙ্গ দিবে। মিনিট পনের পরে, অনেকটা সিদ্ধ

হইয়া আসিলে, এক তোলা পরিমাণ হুন দিবে। এই সময় হইতে হাতা দিয়া মাঝে মাঝে ঘুটিয়া দিবে। এই সময়ে থিচুড়িতে তাজা পেঁয়াজ গুলি ছাড়িয়া দাও আর মুঠাখানেক কচি কচি কড়াইগুটি দাও। ক্রমে ডালে ভাতে মিশিয়া বেশ গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইবে।

৪৩। মসুর ডালের গিলা থিচুড়ি।

উপকরণ।—কামিনী আতপ এক পোয়া, খাঁড়ি বা আন্তমসুর* আধ পোয়া, কড়াইগুটি আধ পোয়া, হুধ আধ পোয়া, হলুদ আধ গিয়া (এক ছয়ানি পরিমাণ), কাঁচা লঙ্কা তিন চারিটি, বড় পেঁয়াজ চারিটি, আদা এক তোলা, জল পাঁচ পোয়া, দালচিনি সিকি তোলা, লঙ্ক দশটা, ছোট এলাচ দুইটা, তেজপাতা দুইটা, হুন এক তোলা।

যি দেড় ছটাক, একটি বড় পেঁয়াজ, দারচিনি সিকি তোলা, ছোট এলাচ দুইটা, লঙ্ক দশটা। এই গুলি যি দাগ দিবার আলাদা মসলা।

প্রণালী।—চাল ডাল ও কড়াইগুটি ঝাড়িয়া বাছিয়া একত্র মুখ রগড়াইয়া জলে হুইয়া লও। আদা ও হলুদ শিলে পিষিয়া রাখ। চারিটি লঙ্কার একটা মাত্র লঙ্কা আধখানা করিয়া, চিরিয়া রাখিতে হইবে; অবশিষ্ট সমস্তই আন্ত রাখিয়া দিবে। লঙ্কাটা চিরিয়া দিলে জৈবৎ ঝাল হইয়া থিচুড়ি অধিক মুখ রোচক হইবে। চারিটি পেঁয়াজ কুঁচাইয়া রাখিতে হইবে।

* ভাদ্রা মসুরে বেশী কাঁকড় প্রভৃতি থাকে বলিয়াই উহার পরিবর্তে আন্ত মসুর ব্যবহার করাই ভাল।

হাঁড়িতে পাঁচ পোয়া জল চড়াইয়া চাল, ডাল, কড়াইগুটি হলুদ বাঁটা, আদা বাঁটা, পেঁয়াজ কুঁচা, লক্ষাগুলি, সিকি তোলা দালচিনি, লঙ্গদশটা, ছোটএলাচ দুইটী ও দুইটী তেজপাতা এই সব ইহাতে ছাড়িয়া, এক সঙ্গে সিদ্ধ করিতে দাও, খুস্তি দ্বারা নাড়িয়া হলুদাদি মসলা মিশাইয়া দিবে। হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখিবে। জল ফুটিয়া উথলিয়া উঠিলেই, আধ পোয়া দুধ ঢালিয়া খুস্তি দ্বারা নাড়িয়া, আবার ঢাকিয়া রাখিবে। ইহার পরে যখন দেখিবে চাল ও ডাল বেশ সিদ্ধ হইয়াছে, কেবল ভাতের একটু মাজ আছে, এই সময়ে হাঁড়ি নামাইবে।

এইবারে আরেকটা হাঁড়িতে দেড় ছটাক ঘি চড়াও; একটা বড় পেঁয়াজ কুঁচাইয়া, ইহাতে ছাড়িয়া, ঘন ঘন নাড়িতে থাক। তিন চার মিনিটে পেঁয়াজগুলো একটু লাল হইয়া আসিলেই, সিকি তোলা দালচিনি, ছোট এলাচ ছটা, লঙ্গ আট দশটা এই গরম মসলা গুলি উহাতে ছাড়। দুই তিন মিনিটে, মসলা ফুট ফাট করিলেই তাহাতে খিচুড়ির হাঁড়ি হইতে খানিকটা ঝোল ঢাল; সেইটো নাড়িয়া চাড়িয়া আবার খিচুড়ির হাঁড়িতেই ঢালিয়া দাও, এক তোলা মুন দাও, ডাল ঘুটুনি দিয়া খুব ঘুটিয়া দাও; এইবারে আগুনের নরম আঁচ করিয়া দিয়া খিচুড়িটা ফের চড়াও। ফুটিয়া উঠিলে (মিনিট চার পাঁচ পরে), নামাইবে। ইহা প্রস্তুত হইতে সবশুদ্ধ আধঘণ্টা কি তাহার ছ চার মিনিট উপর সময় লাগিতে পারে।

৪৪। মুগের ডালের ফাঁপা খিচুড়ি।

উপকরণ।—চাল দেড় কুণিকা (সাড়ে সাত ছটাক), ডাল আধ পোয়া, হলুদ সিকি তোলা, আদা আড়াই তোলা, লক্ষা মরিচ

আধখানা, লক্ষ আট দশটা, দালচিনি আধ তোলা, ছোট এলাচ তিনটা, নারিকেল একটা, জল দুসের, জিরা আধ তোলা, শুল্ফ শাক এক তোলা, কাঁচা লক্ষা তিন চারিটা, ঘি দু ছটাক, মুন দেড় তোলা।

প্রণালী।—একটা নারিকেল কোরা সমস্তটা দু সের গরম জলে গুলিয়া, খুব নিংড়াইয়া নিংড়াইয়া বতটা পার দুধ বাহির কর। নারিকেল দুধে চাল, ডাল, হলুদ বাঁটা, দু তোলা মাত্র আদা বাঁটা, লক্ষা মরিচ বাঁটা, লক্ষ, দালচিনি ও ছোট এলাচ গুলি ছাড়িয়া, সব একত্র আগুনে চড়াও। হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। জল ফুটিয়া উঠিলে, খুস্তি বা হাতা দ্বারা নাড়িয়া দিয়া, তিন চারিটা কাঁচা লক্ষা আস্ত কেলিয়া দিবে। ডাল গলিলেই দেড় তোলা মুন দিবে। কুড়ি পঁচিশ মিনিটে থিচুড়ি হইয়া গেলে, নামাইবে। থিচুড়ি নামাইয়া ডাল ঘুটুনি দ্বারা খুব ঘুটিয়া দিবে।

এইবারে আরেকটা হাঁড়িতে আধ কাঁচাটাক ঘি চড়াইয়া, উহাতে শুল্ফ শাক গুলা ছাড়িয়া ভাজ। চার পাঁচ মিনিটে, ভাজা হইলে শাকগুলা খুস্তি করিয়া উঠাইয়া, থিচুড়ির সঙ্গে মিশাইয়া দাও। শাকগুলা ভাজা হইলে, ঐ হাঁড়িতেই দু ছটাক ঘি চড়াও। ঘি গরম হইলে উহাতে জিরা বাঁটা ও আধ তোলা আদা বাঁটা এক কাঁচাটাক জলে গুলিয়া ছাড়। খুস্তি দ্বারা হাঁড়ি ঘষিয়া, ঘষিয়া ক্রমাগত নাড়িতে থাক। মিনিট তিন চারি নাড়িয়া, থিচুড়ির হাঁড়ি হইতে খানিকটা থিচুড়ি উহাতে ঢাল। নাড়িয়া চাড়িয়া এই থিচুড়িটা মসলা কষা হাঁড়ি হইতে থিচুড়ির হাঁড়িতে ফের ঢাল; এইবারে থিচুড়ির হাঁড়িটা আরেকবার আগুনে চড়াও।—ছুটিতে আরম্ভ করিলেই নামাইয়া রাখ।

৪৫। মালাই খাড়িচুড়ি।

উপকরণ।—চাল এক কুণিকা (পাঁচ ছটাক), ডাল আধ পোয়া, ছাড়ান কড়াইগুটি আধপোয়া, আস্ত পেঁয়াজ দেড় ছটাক, কাঁচা লক্ষা চারি পাঁচটা, পেঁয়াজ কুঁচা আধছটাক, দালচিনি সিকি তোলা, তেজপাতা দুটা, লবঙ্গ আট দশটা, শুক্ল লক্ষা আধখানা, হলুদ সিকি তোলা, মুন একতোলা, আদা একতোলা, বুনা নারিকেল একটা, জল একসের।

প্রণালী।—একসের গরমজলে একটা নারিকেল কোয়া সমস্তটা গুলিয়া, খুব নিংড়াইয়া নিংড়াইয়া ছধ বাহির কর, ছধটা ঢাকিয়া লও।

চাল, ডাল ও কড়াইগুটি ভালরূপ ঝাড়িয়া বাছিয়া ধুইয়া রাখ।

একটা হাঁড়িতে আধপোয়া ঘি চড়াও ; ঘি গরম হইলে, উহাতে আস্ত পেঁয়াজ গুলা ও আস্ত লক্ষাগুলা ছাড়। ঘন ঘন নাড়। দুতিন মিনিটে, পেঁয়াজ গুলা লাল হইলেই, পেঁয়াজ ও লক্ষাগুলা হাঁড়ি হইতে উঠাইয়া রাখিয়া ঐ ঘিয়েই পেঁয়াজ কুঁচা, দালচিনি, তেজপাতা, ও লবঙ্গগুলি ছাড়। দুতিন মিনিট নাড়িয়া চাড়িয়া, আদা বাঁটা, লক্ষা বাঁটা ও হলুদ বাঁটা এই সব বাঁটনাগুলি ছাড়। দু এক মিনিট নাড়িয়া চাড়িয়া, চাল, ডাল ও কড়াইগুটি ছাড়। আবার খুব একবার নাড়িয়া চাড়িয়া নারিকেলের সমস্ত ছধটা ঢাল। খুস্তি দ্বারা নাড়িয়া ঘুলাইয়া দাও ; হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। জল ফুটিলেই, লালকরা আস্ত পেঁয়াজ গুলা ও লক্ষাগুলা ছাড়িয়া নাড়িয়া দিবে। নারিকেলের ছধ ঢালিবার প্রায় মিনিট পনের পরে,

ডালটা গলিলেই, এক তোলা হুন ছাড়িবে। ডাল না গলিলে, হুন দিলে ডাল শক্ত হইয়া যায়, এই কারণে ডালটা গলিলে তবে হুন দেওয়া যায়। ডাল গলিয়াছে কি না, খুস্তি বা হাতা দ্বারা তুলিয়া আঙ্গুলে টিপিয়া দেখিবে। হুন ছাড়িবার পর, ঘন ঘন খুব নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে হইবে, তাহা না হইলে ভাত ধরিয়া যাওয়া সম্ভব। এই সময়ে আঁচটাও একটু (একেবারে নয়) নরম হইলে ভাল। চালে জল ঢালিবার কুড়িমিনিট কি তাহার উপর আরও ছতিন মিনিট পরে, থিচুড়ি নামাইবে। যদি দেখে যে জল শুকাইয়া আসিয়াছে অথচ ভাত একটু শক্ত আছে তাহা হইলে আশুন মারিয়া খুব নরম আঁচে মিনিট চারি পাঁচ বসাইয়া রাখিবে। বরাবর হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখিবে; নাড়িয়া চাড়িয়া দিবার সময় কেবল ঢাকা খুলিবে।

৪৬। অরহর ডালের থিচুড়ি।

উপকরণ।—অরহর ডাল আধপোয়া, চাল আধপোয়া, আদা এক তোলা, জল দেড়সের, ঘি এক ছটাক, হলুদ সিকি তোলা, লব্ধা একটী, জিরা গোলমরিচ ও ধনে তিনে আধতোলা (ইহার মধ্যে জিরার ভাগ বেশী), তেজপাতা দুইখানা, ছোট এলাচ তিনটা, লঙ্গ আটটা, দালচিনি সিকি তোলা, দই আধছটাক, হুন আধতোলা।

প্রণালী।—হলুদ ও আদা, আলাদা আলাদা পিষিয়া রাখ; ধনে, জিরা ও গোলমরিচ গুলিও পিষিয়া রাখ। অরহর ডাল-গুলি বাছিয়া, আধসের জল দিয়া সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। সিদ্ধ হইতে প্রায় আধঘণ্টা লাগিবে।

হাঁড়ি চড়াও। বি দাও, ঘিয়ে আগে হলুদ বাটা টুকু ছাড়; তিন চারিবার নাড়িয়া অন্তান্ত পেয়ামসলা ও দই ছাড়। কষিতে থাক। এই সময়েই তেজপাতা, ছোট এলাচ, লঙ্গ ও দালচিনি ইহাতে ফেলিয়া দিবে। দুইয়ের জল মরিয়া গিয়া ক্রমে মসলা লাল হইয়া ঘিয়ের সঙ্গে মিশিয়া গেলে, চাল দাও। তিন মিনিট কষিতে কষিতে চাল ফট্ ফট্ করিতে আরম্ভ করিলেই, সিদ্ধ ডাল দাও। হু তিনবার নাড়িয়া প্রায় একসের জল দাও। খুস্তি দিয়া হাঁড়ির গায়ে চারিদিকের চাল ডালাদি সরাইয়া সরাইয়া জলে ফেলিয়া দাও। হাঁড়ি ঢাকা দাও। জল ফুটিয়া উঠিলে, হুন দিয়া, নরম আঁচে দমে বসাইয়া দাও। প্রায় কুড়ি পঁচিশ মিনিট সিদ্ধ হইলে, তার পরে খিচুড়ি হইয়া যাইবে। সবশুদ্ধ প্রায় এক ঘণ্টা লাগে।

৪৭। অরহর ডালের হিন্দুস্থানী খিচুড়ি।

উপকরণ।—অরহরডাল আধপোয়া, চাল আধপোয়া, জল দেড়সের, বি এক ছটাক, হুন আধ তোলা, হলুদ সিকি তোলা, জিরা সিকি তোলা, শুক্ল লক্ষা দুইটা, হিং তিন রতি।

প্রণালী।—অরহরডাল ও চালগুলি আলাদা আলাদা বাছিয়া ধুইয়া রাখ।

একটি হাঁড়ি করিয়া দেড়সের জল গরম করিতে চড়াও; দশ মিনিটে জল গরম হইয়া গেলে, ডাল ছাড়িয়া দাও। ডাল ফুটিয়া উঠিলে, হলুদ বাটা দাও। ডাল সিদ্ধ হইতে প্রায় পঁচিশ মিনিট লাগিবে। ডাল সিদ্ধ হইয়া গেলে, ইহাতেই চাল ছাড়িয়া দাও। চাল সিদ্ধ হইতে, মিনিট পনের কি তার উপর আর হু তিন

মিনিট বেশী লাগিবে। সব দিক্ হইয়া গেলে, হুন দিবে। আরো পাঁচ মিনিট ফুটিলে পর, নামাইয়া ফেলিবে।

একটি হাঁড়িতে ঘি চড়াও। ঘিের অন্ন অন্ন ধোঁয়া বাহির হইলে জিরা ফোড়ন দাও, জিরা চুরচুর করিয়া ফুটিতে আরম্ভ করিলে, হিং ডেলা করিয়া আস্ত ফেলিয়া দাও, আর দুইটা শুক্লা লক্ষা ছাড়। লক্ষার রং ঘোর লাল হইয়া আসিলে, খিচুড়ি ঢালিয়া, সাতলাও।

এই খিচুড়িতে হাতা-পোড়া দিয়া সাতলাইতে হইলে, নিম্ন-লিখিত প্রকারে করিতে হইবে। একটি হাতাতে ঘি ঢালিয়া, উনানের উপরে রাখিয়া ঘি ফুটাও, তার পরে জিরা ছাড়িবে, জিরা চুরচুর করিয়া ফুটলে, হিং ডেলা করিয়া ছাড়িয়া, তার পরেই লক্ষা ছাড়িবে। গন্ধ বাহির হইলে, হাতাশুক ঘি খিচুড়িতে ঢালিয়া দাও। এবং সেই হাতা দিয়া, সব খিচুড়ি একবার ঘাটিয়া দাও। অধিক জ্বনিশ হইলে, হাতা-পোড়াই সুবিধা।

৪৮। বাকলা পোলাও। *

উপকরণ।—পোলাওয়ের চাল এক পোয়া, খোসাশুক কড়াই-গুট এক পোয়া, ঘি তিন ছটাক, পেঁয়াজ দেড় ছটাক, আলু এক তোলা, গুলফশাক দু তোলা, তেজপাতা একটা, লবঙ্গ দশ বারটা, দালচিনি আধ তোলা, ছোট এলাচ আটটা, জল একসের, হুন এক তোলা।

প্রণালী।—কড়াইগুটগুলির খোসা ছাড়াও; আবার

* ইহা নামে বাকলা পোলাও হইলেও ডাল ও চাল দুই থাকিতে, ইহাকে খিচুড়ির অন্তর্ভুক্ত করা গেল। আগ্নালীরা রোজ্জার সময় দিনান্তে এই পোলাও খাইয়া থাকে।

প্রত্যেক মটরটীর উপরকার খোসা ছাড়াইয়া ডাল বাহির কর । অনেকে মটরগুলি কুলায় টিপিয়া ডাল বাহির করিয়া থাকে । কড়াইগুলির ডাল এক ছটাক আশ্রাজ হবে । ডালগুলি ধুইয়া জলে ভিজাতে দাও । গুল্ফশাকের পাতাগুলি জলে বেশ করিয়া ধুইয়া লও ; চালও দুই তিনবার জল বদলাইয়া ধুইয়া লও ।

একসের জলে একটা তেজপাতা (ভাজিয়া দিবে), দুইটা পেঁয়াজ কুঁচা (দেড় ছটাক পেঁয়াজের মধ্য হইতে দুইটা মাত্র ছোট পেঁয়াজ লইবে), এক তোলা আদা (চাকা চাকা কাটিয়া দিবে), পাঁচ ছয়টা লঙ্গ, নিকি তোলা দালচিনি, তিন চারিটা ছোট এলাচ এই মসলাগুলি ফেলিয়া আগুনে চড়াও ; জলটা ফুটিলে নামাইয়া রাখিবে । ইহাই হইল আঁখনি ।

তিন ছটাক ঘি চড়াও । ঘি গলিলে বাকী পেঁয়াজগুলি কুঁচাইয়া উহাতে ছাড় ; ঘন ঘন নাড়িতে থাক ; লাল হইলে পেঁয়াজগুলি উঠাইয়া রাখ । লাল হইতে ছয় সাত মিনিট সময় লাগিবে । পেঁয়াজভাজা-ঘি হইতে দুই ছটাক ঘি একটা বাটিতে ঢালিয়া রাখ । বাকি এক ছটাক ঘিয়ে গুল্ফ শাকগুলি ভাজিয়া লও । দুই তিন মিনিটে ভাজা হইয়া যাইবে । শাক-ভাজা ঘিটা আলাদা একটা বাটিতে ঢালিয়া রাখ ।

এইবারে আধ কাঁচাটাক পেঁয়াজভাজা-ঘি, হাঁড়িতে চড়াইয়া, তাহাতে পাঁচ ছয়টা লঙ্গ, নিকিতোলা দালচিনি, চারিটা ছোট এলাচ ফেলিয়া দাও । দুই তিন মিনিটে গরম মসলা ফুটিয়া উঠিলে, তাঁখনি বদল দাও অর্থাৎ আঁখনির জলটা সমস্ত উহাতে ঢাল—হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ—ফুটিয়া উঠিলে চাল ও ডাল ছাড় ; একতোলা মুন ছাড় ; একবার নাড়িয়া দিয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া

রাখ। চাল ছাড়িবার আট নয় মিনিট পরে, আধ পোয়া হুধ চাল। জল যতবার উথলিয়া উঠিবে, ততবার ঢাকা খুলিয়া, নাড়িয়া দিয়া ফের ঢাকা দিবে। শেষাশেষি ঢাকনাটা একটু খুলিয়া রাখিয়া দিলে, আর উথলিয়া উঠিবে না। চাল ছাড়িবার মিনিট পনের পরে, চাল ও ডাল গলিয়া গেলে, ফেন পসাও। তার পরে, ফের ভাতের হাঁড়ি আগুনে চড়াইয়া, উহাতে দেড় ছটাক পেঁয়াজভাজা-বি চাল; হু এক মিনিট পরেই নামাও।

একটী গভীর পাত্রে, প্রথমে কতকটা পেঁয়াজভাজা ও শুল্ফ-ভাজা ছড়াইয়া, একথাক ভাত রাখ। আবার পেঁয়াজ ও শুল্ফ ছড়াইয়া পূর্বের ভায় ভাত রাখ। বাকী আধ ছটাক পেঁয়াজ ভাজা-ঘিটা ভাতের উপরে ছড়াও। সব উপরে পেঁয়াজভাজা ও শুল্ফ-ভাজা ছড়াও।

যদি রুচি না লাগে তাহা হইলে শুল্ফশাক মোটেই ব্যবহার না করিলেও চলে।

ভোজন বিধি।—ইহা কোম্বা, দোপেঁয়াজা, নিরামিষ কালিয়া, ডিম সিদ্ধ প্রভৃতি দিয়া খাও।

৪৯। ছোলার ডালের ভূনি খিচুড়ি।

উপকরণ।—ছোলার ডাল এক পোয়া, চাল আধ সের, বড় পেঁয়াজ আটটা বা নয়টা, বি এক পোয়া, জল হু সের, লবঙ্গ পাঁচটা, ছোটএলাচ তিনটা, দালচিনি তিন গিরা, হলুদ এক গিরা, হুন এক তোলা, কাঁচা লবঙ্গ চারিটা।

প্রণালী।—হাঁড়ি করিয়া হু সের জল গরম করিতে চড়াইয়া দাও। জল ফুটিতে আরম্ভ করিলে, তিন পোয়া আন্দাজ জল

হাঁড়িতে রাখিয়া, বাকী জল একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখ। ঐ তিন পোয়া গরম জলে, ছোলার ডালগুলি বাছিয়া ধুইয়া, ছাড়িয়া দাও; প্রায় আধ ঘণ্টা পরে ডাল সিদ্ধ হইলে, ডাল হইতে জল বরাইয়া রাখ। পেঁয়াজগুলি কুঁচাইয়া, আধ পোয়া ঘিয়ে মুচমুচে করিয়া ভাজ, ঘি হইতে পেঁয়াজ উঠাইয়া রাখ। এখন এই ঘিয়ের উপরেই, বাকী ঘিটা সব ঢালিয়া দাও। লবঙ্গ, ছোটএলাচ, দালচিনি ছাড়। ঘিয়ে দাগ দেওয়া হইলে, পেয়া হলুদ আর নুন দাও। হলুদটা একটু কমিয়া অর্থাৎ তিন চারিবার খুস্তি দিয়া নাড়িয়া, চাল ছাড়; খুস্তি দিয়া নাড়িতে থাক। যেই চাল শাদা হইতে থাকিবে, দেখিবে ছ একটা ফটকট করিয়া ফুটিতেছে, তখন সিদ্ধ ডালগুলি দিবে। একবার কি দুইবার নাড়িয়া ডালে চালে মিশাইয়া ফেলিবে। তার পরে, পূর্ষকর গরম জল, যাহা আলাদা করিয়া রাখা হইয়াছিল, ইহাতে ঢালিয়া দাও। চালের উপরে তিন আঙ্গুল জল, মাপিয়া দেখিতে হইবে। জল ফুটিয়া উঠিলে, কাঁচা লঙ্কাগুলি চিরিয়া দাও। মিনিট পনের খুব টগবগিয়া ফুটিলে পর নামাইয়া, নরম আঁচে বা কাঠের কয়লার আগুনে, বসাইয়া দিবে এবং এই সময়ে ভাল ঘি এক ছটাক, ঢালিয়া দিবে। একেবারে বেশ ঝরঝরে ভাত হইয়া গেলে, নামাইবে। তার পরে খিচুড়ি বাসনে ঢালিয়া দিয়া, তাহার উপরে, পেঁয়াজ ভাজাগুলি ছড়াইয়া দিবে। ছোলার ডালের ন্যায় আত্মাত্ত ডালেও এই খিচুড়ি হইতে পারে।

৫০। জাফরানি ভুনি খিচুড়ি।

উপকরণ।---চাল এক পোয়া, মুগের ডাল আধ পোয়া, জল

একসের, ঘি আধ পোয়া, পেঁয়াজ কুঁচা এক ছটাক, দালচিনি আধ তোলা, ছোটএলাচ ছয়টা, লঙ্গ দশ বারটা, তেজপাতা তিনটা, আদা এক তোলা, জাফরান চার পাঁচ কুঁচ, হুন আধ তোলা।

প্রণালী।—এক সের জল চড়াইয়া, তাহাতে সিকি তোলা দালচিনি, পাঁচ ছয়টা লঙ্গ, তিনটা ছোটএলাচ, একটা তেজপাতা (ভাঙ্গিয়া দিবে), আধ তোলা আদা (চাকা চাকা কাটা), ছাড়। জল ফুটিয়া গেলে, হাঁড়ি নামাইয়া রাখ।

চাল ও ডাল ঝাড়িয়া, তিন চারিবার ধুইয়া, একত্র রাখ। জাফরানটুকু, আধ কাঁচা জলে ভিজাতে দাও।

আধ পোয়া ঘি আরেকটা হাঁড়িতে চড়াও; ঘি গলিলে পেঁয়াজ ছাড়; ঘন ঘন নাড়িতে থাক। সাত আট মিনিটে, বাদামী রং হইলে, পেঁয়াজগুলি একটা পাত্রে উঠাইয়া রাখ। পেঁয়াজভাজা-ঘিয়েই, জল সমেত জাফরানটুকু ছাড়। সিকি তোলা দালচিনি, তিনটা ছোটএলাচ, তেজপাতা ছয়টা ও পাঁচ ছয়টা লঙ্গ এই সব গরম মসলাগুলিও ছাড়। হু একবার নাড়িয়া চাড়িয়া চাল, ডাল কষা হইলে (হু তিন মিনিট পরে), আধ তোলা হুন ছাড়। সব শুদ্ধ আট নয় মিনিট ধরিয়া, কষা হইলে, আড়াই পোয়াটাক আঁখনি ঢাল; হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। মিনিট দশ পরে নামাও। এই দশ মিনিটের মধ্যে, ঘন ঘন (প্রায় হু এক মিনিট অন্তর), ঢাকা খুলিয়া, নাড়িয়া দিতে হইবে। পাত্রে খিচুড়ি ঢালিয়া, উপরে, পেঁয়াজ ভাজা ছড়াইয়া দিবে।

ভোজন বিধি।—ইহা মাথমমারা ঘি, কোন্সী, আমলেট, আলু ও বেগুন প্রভৃতির ভর্তা ইত্যাদি দিয়া খাও।

৫১। মালাই ভুনি খিচুড়ি ।

উপকরণ ।—সোণামুগের ডাল আধপোয়া, বাকতুলসী চাল দেড় পোয়া, ঘি আধ পোয়া, জল সাড়েতিন পোয়া, বড় পেঁয়াজ চারিটা, ছোটএলাচ চারিটা, লঙ্গ পাঁচটা, দারচিনি হু পিরা, নারিকেল একটা, মুন পোন তোলা ।

প্রণালী ।—ভুনি খিচুড়ি করিতে হইলেই, তাহার আঁখনি চাই । ইহা পোলাওয়ের ধরণে করিতে হয় । এই ভুনি খিচুড়ির জন্য, আর অন্য আঁখনির আবশ্যক নাই, নারিকেল দুধ ইহার আঁখনি হইবে ।

মুগের ডাল আর চাল ঝাড়িয়া বাছিয়া, ধুইয়া, আলাদা আলাদা কুলায়, বিছাইয়া শুকাইতে দাও । নারিকেলটী কুরিয়া প্রথমে খাঁটি দুধ বাহির কর । তার পরে, আবার ঐ ছিবড়াগুলি, সাড়ে তিন পোয়া গরম জলে গুলিয়া, বাকী দুধটা বাহির কর । পেঁয়াজগুলি লম্বাদিকে কুঁচাও । এইবারে হাঁড়ি করিয়া আধপোয়া ঘি চড়াও । পেঁয়াজ কুচিগুলি লাল করিয়া ভাজ ; বেশ মুচমুচে হয় যেন ; মিনিট মাত, আট লাগিবে ; ইহা নরম আঁচে ভাজিতে হইবে । পেঁয়াজগুলি ঘি হইতে উঠাইয়া রাখিয়া, ঐ ঘিয়ে গরমমশলাও ডাল, চাল সব ছাড়িয়া দাও, ও কষিতে থাক । কষিবার কালে, সব জুনটা ক্রমে দুইবারে দাও । আট নয় মিনিটে কষ ; চাল শাদা হইয়া, ফট্ ফট্ করিতে আরম্ভ করিলেই, নারিকেলের খাঁটি দুধ আর জোলো দুধ সব চালে ঢালিয়া দাও । ইহাতে চালের উপরে তিন আঙ্গুল পরিমাণ করিয়া, আঁখনির জল দিতে হইবে । জল চালে ঢালিয়া দিয়া তিন আঙ্গুলের মাপে একটি কাঠি করিয়া দেখিবে, তিন আঙ্গুল হইল কি না । মাঝে মাঝে শুষি

দিয়া নাড়িয়া দিবে, কিন্তু প্রায়ই ঢাকা দিয়া রাখিবে। কুড়ি মিনিট পরে দেখিবে, ভাত হইয়া গিয়াছে। ভাত বেশ কুরকুরে হয় যেন। তারপরে, বাসনে ঢালিয়া দিয়া ভাহার উপরে, সেই পেঁয়াজ ভাজাগুলি আধ-গুঁড়াইয়া দাও।

৫২। মসুর ডালের মালাই ভুনি থিচুড়ি।

উপকরণ।—চাল দেড় পোয়া, খাঁড়ি মসুর ডাল তিন ছটাক, সরিষার তেল তিন ছটাক, নারিকেল একটা, শুল্ফ ও মেতিশাক আধ ছটাক, পেঁয়াজ এক ছটাক, দালচিনি ছ গিরা, লঙ্গ ছয়টা, ছোট এলাচ তিনটা, হুন পোন তোলা, মাজিরা সিকি তোলা, জল দেড় সের।

প্রণালী।—পেঁয়াজগুলি কুঁচাইয়া ধুইয়া রাখ। শাকগুলি বাছিয়া ধুইয়া রাখ। ডাল ও চাল ভাল করিয়া, বাছিয়া ধুইয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে, তিন ছটাক তেল চড়াইয়া দাও। তেলের ধোয়া বাহির হইলে, পেঁয়াজ কুচিগুলি ছাড়; বেশ মুচ্মুচে করিয়া ভাজিয়া উঠাইয়া রাখ। শাকগুলিও মুচ্মুচে করিয়া ভাজ এবং উঠাও। এইবারে এই তেলেতেই, গরম মশলাগুলি ও তেলপাতা দুখানি, ছাড়; গরম মশলার লালচে রং হইলে ডাল ও চাল দিবে। ডাল ও চাল ছয় সাত মিনিট খুস্তি দিয়া নাড়াচাড়া কর, পোন তোলা হুন দাও। এইবারে নারিকেলের দুধ দিতে হইবে।

নারিকেলটা কুরিয়া, একটি কাপড়ে নিংড়াইয়া, এক দফা দুধ বাহির করিতে হইবে। তার পরে, আবার ঐ ছিবড়াগুলি দেড় সের গরম জলে গুলিয়া ছাঁকিয়া, অবশিষ্ট দুধ বাহির কর। ইহা পূর্বেই করিয়া রাখিতে হইবে।

এইবারে, চাল ডালের উপরে, তিন অঙ্গুলি মাপিয়া, নারিকেলের জলীয় ছধ চাল তার পরে বাঁটি ছধটাও ঢালিয়া দাও। মাঝে মাঝে পুষ্টি দিয়া নাড়িয়া দাও। ছ একবার হাঁড়িটা ঘুরাইয়া দিতে হইবে; তা না হইলে, চাল এক দিকে সিদ্ধ হইবে আর এক দিকে হয়তো 'এমনি চাল' থাকিবে। যখন জল অনেকটা মরিয়া গিয়াছে দেখিবে অর্থাৎ পাতলা ভাব গিয়া থকথকে হইয়া আসিয়াছে দেখিবে, তখন আর একটি কড়াতে এক কাঁচা ঘিয়ে সাজিয়া-গুলি ভাজিয়া, সেই ঘি ও জিয়া, সব, এই থিচুড়ির উপরে ছড়াইয়া দিবে। এই সময়ে, শাক ভাজাগুলি হাতে করিয়া গুঁড়াইয়া দাও। আর ভাজা পেরাজের অন্ধকগুলি এখন আধগুঁড়াইয়া দাও। এবারে আগুনে ছাই চাপা দিয়া, খুব নরম : আঁচে হাঁড়ি বসাইয়া দাও। মিনিট দশের মধ্যে হইয়া যাইবে। থিচুড়ি বেশ বরকরে হইয়া গেলে, বাসনে ঢালিয়া তাহার উপরে, পেরাজ-ভাজা ছড়াইয়া দাও। এই থিচুড়িতে প্রায় আধ ঘণ্টা সময় লাগে।

৫৩। তিলে থিচুড়ি।

উপকরণ।—তিল আধ ছটাক, মুগের ডাল এক ছটাক, চাল এক পোয়া, গরম জল সাড়ে তিন পোয়া, আদা এক তোলা, দাল-চিনি সিকি তোলা, ছোট এলাচ তিনটা, লঙ্গ সাতটা, হুন আধ তোলা, তেজপাতা দুইটা, জাকরান তিনরতি, ঘি পাচ কাঁচা, হিং এক রতি।

প্রণালী।—ডালগুলি বাছিয়া তার পরে ডাল চাল একত্র ধুইয়া লও। তিল ধুইয়া ভিজাইয়া রাখ। আদা বাঁটা হইলে

পর, আদা উঠাইয়া তিল পিষিয়া লও। তিল উঠাইয়া, হিং রতি ইহাতেই পিষিয়া দেড় ছটাক আন্দাজ শিলধোয়া জল সহিত একটা বাটিতে ঢালিয়া রাখ। এক কাঁচা জলে জাফরান টুকু ভিজাতে দাও।

এইবারে হাঁড়ি চড়াও ; হাঁড়িতে পাঁচ কাঁচা ঘি ঢালিয়া দাও। মিনিট তিন পরে ঘি গরম হইলে, তেজপাতা, দালচিনি, ছোট এলাচ, লবঙ্গ এই সব গরম মশলাগুলি ছাড়। তার পরে, আদা বাঁটা ছাড়। একবার খুঁটি দিয়া নাড়িয়া, তিল বাঁটা ছাড়। তিল বাঁটা নাড়িতে নাড়িতে যখন জল মরিয়া গিয়া ঘি চূড় বুড় করিতেছে দেখিবে, তখন চাল ও ডালগুলি ছাড়িবে। মিনিট চার চাল ডাল ভাজিয়া কষা তিলের সহিত চাল ডাল বেশ মিশিয়া গেলে, হিংবাঁটা-মিশান শিলধোয়া জল ইহাতে ঢালিয়া দাও আর হুন দাও; পাঁচ ছয় মিনিট এই জলটুকুর সহিত চাল ডাল কষ। এ জল প্রায় শুকাইয়া আসিলে, জাফরানটুকু ইহাতে ঢালিয়া দাও। এইবারে খুঁটি দিয়া ক্রমাগত নাড়িয়া নাড়িয়া সব কষ। যখন সব জল মরিয়া চাল ডাল বেশ ভাজা ভাজা হইবে, তখন তিন পোয়া গরম জল ঢালিয়া দিবে। খুঁটি দিয়া ঘাটিয়া জলের সহিত সব মিশাইয়া দাও। পাঁচ মিনিট টগবগিয়া ফুটিলে ছাইচাপা আঁচ করিয়া হাঁড়ি বসাইয়া দাও। অপেক্ষাকৃত নরম আঁচ চাই। মাঝে মাঝে নাড়িয়া দিবে।

মিনিট কুড়ি এই ছাইচাপা আঁচে হাঁড়ি বসান থাকিলে তবে বেশ ঝরঝরে হইবে।

ভোজনবিধি।—এই খিচুড়ির সহিত আলুর মাফকিন, আলুর

মিগেট, তেমতির (বিলাতি বেঙ্গল) চাটনী বা ভর্তী, ওলের ভর্তী প্রভৃতি খাও ।

৫৪ । আলুবোথারার খিচুড়ি ।

উপকরণ ।—আলুবোথারার আধ পোয়া, চাল এক পোয়া, ডাল (মসুর বা মুগের ডাল) আধ পোয়া, কুনা নারিকেল একটা, জিরা সিকি তোলা, লঙ্গ দশ বারটা, দালচিনি একগিরা, দুইটা তেজপাতা, আদা বাঁটা সিকি তোলা । জল তিন পোয়া, চিনি এক পোয়া, মুন সিকি তোলা, জাকরান পাঁচ ছয় রতি, ছোটএলাচ বারটা ।

প্রণালী ।—আলুবোথারার গুল খানিকটা (দেড় পোয়াটাক) জলে আধ ঘণ্টার জন্ত ভিজাতে দিবে ; তার পরে সিদ্ধ করিতে, আগুনে চড়াইবে । আট নয় মিনিটে জলটা ফুটিলেই, আলুবোথারাগুলি হাঁড়ি হইতে উঠাইয়া একটা পাত্রে রাখিবে । সিদ্ধ করিলে, আলুবোথারার টকটা একটু মরিয়া যাইবে ।

নারিকেলটি কুরিয়া রাখ । একটি হাঁড়িতে তিন পোয়া জল গরম করিতে চড়াও । প্রথমে এক পোয়া গরম জলে কোরা নারিকেল গুলা খুব কচলাইয়া কচলাইয়া, খাঁটি দুধ বাহির কর । ছিবড়াগুলা অবশিষ্ট আধসের জলে গুলিয়া, জলীয় দুধ বাহির কর । খাঁটি দুধ এবং জলীয় দুধ উভয়ই ছাঁকিয়া একত্র রাখ ।

একটি হাঁড়িতে যি চড়াইয়া, তাহাতে লঙ্গ, দালচিনি, তেজপাতা, জিরা ছাড় । পাঁচ ছয় মিনিট পরে, মশলা ফুটিলে, নিকি তোলা আদাবাঁটা ছাড় । দু এক মিনিট কাষিয়া, আটটা ছোট এলাচ, চাল ও ডাল এক সঙ্গে ছাড় । চাল ও ডাল ক্রমাগতঃ খুস্তি দ্বারা নাড়িয়া চাড়িয়া ভাজিতে হইবে । সাত আট মিনিট ধরিয়া

ভাজা হইলে উহাতে নারিকেলের তিন পোয়া হুধ ঢাল। হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। দুই তিন মিনিট অন্তর, ঢাকা খুলিয়া, খুস্তির দ্বারা হাঁড়ির তলা ঘষিয়া ঘষিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দিবে, তাহা না হইলে ভাত তলার ধরিয়া যাইতে পারে। মিনিট বার পরে, ভাতের মাজ থাকিতে থাকিতে হাঁড়ি নামাইবে।

একশ্রে আরেকটা হাঁড়িতে চিনির রস চড়াও। তিন ছটাক জলে চিনি, আলুবোথারা, চারিটা ছোটএলাচ ছাড়িয়া আশ্বনে চড়াও ; জল ফুটিলে জাকরানটুকু ছাড়। টক মারিবার জন্ত, মুনটুকু ছাড়।—মুনে টক নষ্ট করে। কুড়ি পঁচিশ মিনিট পরে, রস নামাও।

এইবারে ভাতের হাঁড়ির মধ্যে গষ্ঠ করিয়া, আলুবোথারা সমেত রসটা ঢাল। খুস্তি দ্বারা ভাতের সঙ্গে রসটা বেশ মিশাইয়া দাও। ভাতের হাঁড়িটা আরেকবার এখন আশ্বনে চড়াও। ঘন ঘন উন্টাইয়া পান্টাইয়া নাড়িতে হইবে। কেবল হাঁড়ি চড়াইবার পরক্ষণ মিনিট দুই তিন হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। মিনিট দশ পরে হাঁড়ি নামাও।

ভোজনবিধি।—পেঁয়াজ কঁচাভাজি, টক মিষ্টি চাটনি, মাংসের হিন্দুস্থানী কোপ্তা প্রভৃতির সঙ্গে খাও।

৫৫। ওগরা খিচুড়ি।

উপকরণ।—চাল এক পোয়া, মুগের ডাল আধ পোয়া, জল সাত পোয়া, বি এক কাঁচা, তেজপাতা দুখানা, ছোট এলাচ দুইটা, দালচিনি এক গিরা, লঙ্গ তিনটা, জিরা সিকি তোলা, হলুদ এক গিরা, মুন আধ তোলা।

প্রণালী। - চাল ডালগুলি বাছিয়া ধুইয়া রাখ। একটা হাঁড়ি

করিয়া, সাত পোয়া জল গরম করিতে চড়াইয়া দাও। মিনিট দশ পরে জল বেশ গরম হইয়া উঠিলে, চাল ও ডাল ছাড়িয়া দিবে। ক্রমে হলুদ বাটা, দুখানা তেজপাতা, দুইটা ছোট এলাচ, তিনটা লঙ্গ, এক গিরা দালচিনি এগুলি আস্ত কেলিয়া দাও। প্রায় কুড়ি মিনিট ফুটিলে পর যখন চাল ডাল বেশ সিদ্ধ হইয়া আসিবে তখন হুন দিবে। তার পরে আর মিনিট পাঁচ ফুটিলে নানা-ইবে।

এইবারে আর একটি হাঁড়ি চড়াইয়া, তাহাতে এক কাঁচা ঘি ঢালিয়া দাও। ঘি গলিয়া গেলে, জিরা ফোড়ন দাও, জিরা চুর চুর করিতে থাকিলে থিচুড়ি ঢালিয়া সঁাতলাও।

ইহাতে “হাতা-পোড়া” দিয়া সঁাতলাইলেও হয়। একটা হাতাতে ঘিটুকু দাও ; ঘি গলিলে পর, জিরা ফোড়ন দাও ; জিরা চুর চুর করিতে থাকিলে, সেই ঘি সহিত হাতা দিয়া থিচুড়িটা ঘাটিয়া দাও। ইহাকেই হাতাপোড়া সঁাতলান বলে।

ইহা লঘু এবং রোগীর পথ্য।

ভোজনবিধি।—এই থিচুড়ির সহিত আলু ভাজি, পটল ভাজি খাইতে দেওয়া যায়।

৫৬। সাগুর থিচুড়ি।

উপকরণ।—সাগু এক ছটাক, মুগের ডাল আধ পোয়া, জল আড়াই পোয়া, ঘি এক কাঁচা, ছোট এলাচ দুইটা, লঙ্গ চারিটা, দালচিনি এক গিরা, তেজপাতা দুইখানি, ছোট পেঁয়াজ চারিটা, হলুদ আধ গিরা, বাটা জিরা মরিচ সিকি তোলা, হুন সিকি তোলা।

প্রণালী।—সাগু ও মুগের ডাল আলাদা আলাদা বাছিয়া ধুইয়া রাখ।

একটি হাঁড়ি করিয়া, আড়াই পোয়া গরম জল চড়াইয়া দাও। পাঁচ মিনিট জল গরম হইলে, ডালগুলি ছাড়িয়া দাও। প্রায় মিনিট সাত ডাল সিদ্ধ হইলে, সাগু ছাড়িয়া দিবে। ক্রমে হলুদ বাঁটা, একখানা তেজপাতা, ছইটী ছোট এলাচ, চারিটী লঙ্গ, আধগিরা দালচিনি, এবং চারিটী পেঁয়াজ (খোসা ছাড়াইয়া মাত্র) আস্ত ফেলিয়া দাও। হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও। মাঝে মাঝে কেবল নাড়িয়া দিবে। ক্রমে সাগু সিদ্ধ হইয়া আসিতেছে দেখিলে, সুন দিবে; তার পরে, হাতা দিয়া নাড়িয়া নাড়িয়া ডালে ও সাগুতে, খুব মিশাইয়া ফেলিবে। এইবারে ইহাতে বাঁটা জিরা মরিচটুকু ফেলিয়া দাও এবং হাতা দিয়া ঘাটিয়া দাও। তার পরে মিনিট তিন কুটিলে, হাঁড়ি নামাইয়া, আর একটি পাত্রে খিচুড়ি ঢালিয়া রাখিবে।

আবার হাঁড়ি চড়াইয়া, এক কাঁচা ঘি ঢালিয়া দাও। ঘিয়ে একখানি তেজপাতা ও অবশিষ্ট আধ গিরা দালচিনি ছাড়। ঘিয়ের ঘোয়া বাহির হইলে, খিচুড়ি ইহাতে ঢালিয়া সাতলাইয়া ফেল। ছ তিন মিনিট কুটিলে পর নামাইয়া ফেলিবে।

এই খিচুড়িতে প্রায় মিনিট পঁচিশ সময় লাগে।

ইহাও অসুস্থের পথ্য স্বরূপে ব্যবহৃত হয়।

৫৭। খেজুরের খিচুড়ি।

উপকরণ।—মুগের ডাল আধপোয়া, চাল একপোয়া, কলসী খেজুর পঁচিশটা, বাদাম আধপোয়া, পেস্তা এক ছটাক, কুমড়া

মোরবা আধপোয়া, চিনি আধপোয়া, পুরু সর দেড় ছটাক, বড়
ফাগলিনেবু একটা, পেঁয়াজ এক ছটাক, তেজপাতা হুখানা, ছোট
এলাচ ছয়টা, লঙ্গ আটটা, দারচিনি হুগিরা, ঘি দেড় ছটাক,
দল তিন পোয়া, গোলাপ জল এক কাঁচা, গোলাপী আতর
হুফোঁটা ।

প্রণালী।—ডাল ও চালগুলি বাছিয়া ধুইয়া, ভিজাতে দাও ।
খেজুরগুলি অঙ্কেক করিয়া কাটিয়া বিচি বাহির করিয়া ফেল ।
বাদাম ও পেস্তাগুলি ভিজাতে দাও । ভিজিলে, থোসা ছাড়া-
ইয়া আলাদা আলাদা কুঁচাইয়া রাখ । কুমড়ার মোরবাও ছোট
ছোট করিয়া কাটিয়া রাখ । সরকয়খানি বরফির আকারে কাট ।
পেঁয়াজগুলি ভাজিবার মত কুচি কুচি করিয়া বানাও ।

একটি হাঁড়িতে, আধপোয়া চিনিতে, আধছটাক জল দিয়া
চড়াইয়া দাও । একটি পাত্রে খেজুর (খেজুরের বিচি বাহির করিয়া
কেলিবে), আধ ছটাক বাদাম কুচি, সাত আটটা পেস্তা কুচি, কাটা
কুমড়ার মোরবা, এক গিরা দালচিনি, দুইটি লঙ্গ, দুইটি ছোট
এলাচ (মুখ খোলা), সব একত্র রাখ । তার পরে, চিনি গলিয়া
গেলে, এগুলি রসের উপরে ছাড়িয়া দাও । মিনিট সাত আট পরে
খেজুরগুলি নরম হইয়া আসিলে, নেবুর রস দিবে এবং মিনিট
দুই পরে, নামাইবে ।

আর একটি হাঁড়িতে ঘি চড়াও । ঘিয়ে পেঁয়াজ কুচিগুলি
ভাজিয়া উঠাইয়া রাখ । এই ঘিয়েই দুইখানা তেজপাতা, চারিট
ছোট এলাচ, ছয়টি লঙ্গ, এক গিরা দালচিনি ছাড়িয়া দাও ।
চাল ও ডালের জল ঝরাইয়া, পেস্তা ও বাদাম কুচিগুলি ইহার
সহিত মিশাইয়া লও । তার পরে, গরম মশলা ফট্‌ফট্‌ করিলেই

চাল ভাল ঘিয়ে ছাড়িয়া দাও। পাঁচ মিনিট কষিবার পর চাল ফুটফাট করিতে আরম্ভ করিলে, তিন পোয়া জল ঢালিয়া দিবে। মিনিট সাত আট টগবগ করিয়া ফুটিলে, উনানের আঁচ কমাইয়া দিবে। ভাত একটু নরম হইয়া আসিলে, থেজুরের যে চিনির রসটা আছে, তাহার অর্দ্ধেকটা ভাতে ঢালিয়া, চামচ দিয়া নাড়িয়া ভাতের সহিত মিশাইয়া দাও। মিনিট কুড়ি দমে থাকিলেই, ভাতের জল শুকাইয়া, থিচুড়ি বেশ বরবরে হইয়া যাইবে। তার পরে নামাইবে। কেবল মাঝে মাঝে থিচুড়ি নাড়িয়া দিতে হইবে।

এইবারে এক মাঝারি চামচ গোলাপ জ্বলে দুই ফোঁটা খুব ভাল গোলাপী আতর মিশাইয়া থেজুরের রসটাতে ঢালিয়া দাও ; এবং মিশাইয়া লও।

একটি বাসনে অর্দ্ধেকগুলি ভাত বিছাইয়া দাও, তাহার উপরে সর বরফির আকারে কাটিয়া সেইগুলি ভাতের উপরে সাজাইয়া দাও ; এই সরের উপরে রস সহিত থেজুর রাখ। থেজুরের উপরে আবার সর বরফির আকারে কাটিয়া সাজাইয়া দাও ; এই সরের উপরে, আবার অবশিষ্ট ভাত চাপা দাও ; এই ভাতের উপরে আবার সর বরফির আকারে কাটিয়া সাজাইয়া দাও।

৫৮। কোপ্তা থিচুড়ি।

উপকরণ।—কচি ইঁচড় এক পোয়া, কাঁচা লক্ষা তিনটী, শুক্ল লক্ষা একটী, ধনে সিকি তোলা, দালচিনি সিকি তোলা, লঙ্গ চারিটী, ছোট এলাচ তিনটী, জারকল আদখানা, আদা আধ তোলা, ছানা

আধ পোয়া, শফেদা (চালের গুঁড়ি) দেড় কাঁচা, ঘি তিন ছটাক, হুনসিকি তোলা। এই গুলি কোষ্ঠার মসলা।

হলুদ সিকি তোলা, শুক্ল লঙ্কা একটা, আদা এক তোলা, বাদাম পাঁচটা, কিসমিস ছয়টা, ডেলা কীর এক কাঁচা, জাফরান তিন রতি, ছোটএলাচ দুইটা, লঙ্গ চারিটা, দালচিনি সিকি তোলা, তেজপাতা একখানা, দই এক ছটাক, ঘি এক ছটাক, হুনসিকি তোলা, পাকা তেঁতুল এক ছড়া। এইগুলি কারির মসলা।

চাল এক পোয়া, খাঁড়ি ময়ূর ডাল এক ছটাক, জল পাঁচ পোয়া, ঘি দেড় ছটাক, ছানা আধ পোয়া, তেজপাতা দুখানা, ছোটএলাচ ছয়টা, লঙ্গ আটটা, দালচিনি আধ তোলা, জায়ফল সিকিখানা, সাজিরা ও সামরিচ মিশাইয়া সিকি তোলা, পোস্ত এক কাঁচা, হুনসিকি তোলা। এইগুলি থিচুড়ির মসলা।

প্রণালী।—কচি দেখিয়া একটি ইচড় লইবে; হাতে সরিষা তেল মাখিয়া ইচড়টী কাটিয়া ফালা ফালা কর; ইহার মধ্য হইতে এক ফালা ইচড় (এক পোয়া ওজনের) লও। এই এক ফালা ইচড় হই তিন ভাগে কাট এবং এমন করিয়া খোলা ছাড়াও, বাহাতে খোলার সবুজ অংশ না থাকে। তার পরে ডুমা ডুমা বানাইয়া একসের খানেক জলে সিদ্ধ করিতে চড়াও; এই ইচড় সিদ্ধ হইতে প্রায় আধ ঘণ্টা সময় লাগিবে।

কাঁচা লঙ্কা কয়টা ও আদাটুকু কিমা অর্থাৎ খুব কুচি করিয়া লও। ধনেগুলি কাঠখোলায় চনকাইয়া, গুঁড়াও। দালচিনি সিকি তোলা, লঙ্গ চারিটা, ছোট এলাচ তিনটা, জায়ফল আধখানা

এই সব মসলা ফাকি করিয়া অর্থাৎ গুঁড়াইয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া লও । শুক্লা লঙ্কাটা বাঁটিয়া রাখ ।

নিম্ন ইচড়গুলা একটু ঠাণ্ডা হইলে, হাত দিয়া চটকাইয়া লও ; ইহার সহিত ছানাটাও চটকাইয়া মাখিয়া লও । কিমা আদা ও কাঁচা লঙ্কা, নুন, শুক্লা লঙ্কা বাঁটা, শফেদা, গুঁড়ান ভাজা ধনে, ফাকি গরম মসলার অর্ধেকটুকু এই গুলিও ইচড়ের সহিত মাখিয়া লও । ইঁচড়ের চোদটা গোলা কর । তার পরে কড়ায় তিন ছটাক ঘি চড়াইয়া দাও । ঘি কড়াইয়া লইয়া (যখন ঘি হইতে খুব বোঁয়া উঠিতে থাকিবে, তখন) ঘিয়ের কড়া নামাইয়া, চার পাঁচটা করিয়া গোলা ছাড় । তার পরে আবার কড়া আগুনে চড়াও ; বেশ লাল লাল হইলে, সেগুলি নামাইয়া, আবার বাকী গুলি ভাজিবে । কোপ্তা ভাজিতে হইলে, ভাসা ঘি চাহি, আর অপেক্ষাকৃত নরম আঁচ চাহি, সেই জন্য কড়া নামাইয়া নামাইয়া ভাজিলে ভাল ।

সিকি তোলা হলুদ, একটু শুক্লা লঙ্কা, আদা এক তোলা, বাদাম পাঁচটা, কিসমিস ছয়টা, পিবিয়া রাখ ।

একটি হাঁড়িতে আধ পোয়াটাক কোপ্তাভাজা-ঘি ঢালিয়া আলে চড়াইয়া দাও । ডেলাক্ষরটুকু ভাজিয়া উঠাও । ঐ ঘিষে একখানা তেজপাতা, দুইটা ছোট এলাচ, লঙ্গ চারিটা, সিকি তোলা দালচিনি ছাড় । গরম মসলা হু তিন মিনিটের মধ্যে ফট ফট করিলে, পেয়া হলুদ, লঙ্কা, বাদাম, কিসমিস, ও পেয়া আদা এবং দই ছাড়িবে । মিনিট পাঁচ পরে, নুন ও জাকরান টুকু ছাড়িবে ; ক্রমে কথিয়া বেশ লাল হইয়া আসিলে, কোপ্তাগুলি ছাড়িবে আর তেঁতুলছড়াটুকু এক ছটাক জলে গুলিয়া ইহাতে

ঢালিয়া দিবে; হাঁড়ি হিলাইয়া দিবে; মসলা জলের সহিত মিশাইয়া দিবে; তার পরে জলটুকু মরিয়া গিয়াছে এবং ঘি চুড় বড় করিতেছে দেখিলে, নামাইবে।

আর একটি হাঁড়ি করিয়া পাঁচপোয়া জল চড়াইয়া দাও। একটি টুকরা কাপড়ে দুইটি ছোটএলাচ, তিনটি লঙ্গ, সিকিতোলা দালচিনি, সিকিখানা জায়ফল, সাজিয়া ও সামরিচগুলি পুটলি করিয়া বাঁধিয়া, জলে কেলিয়া দাও। জল প্রায় কুড়ি মিনিট ফুটিলে, তবে নামাইবে। এই জল আরেকটি পাত্রে ঢালিয়া রাখিবে। ইহাই আঁখনি।

পোস্ততে জল ঢালিয়া জল হইতে পোস্ত ছাকিয়া উঠাইয়া লও এবং বাঁটিয়া রাখ। ছানাটি ছোট ছোট পাশার আকারে চারি কোণ করিয়া কাট; একটু মুন ও একটু লব্ধা বাঁটা নাখাও।

হাঁড়ি করিয়া দেড় ছটাক ঘি চড়াইয়া দাও। কাটাছানাগুলি ভাজ; ছানা উঠাইয়া একখানি তেজপাতা, চারিটি ছোট এলাচ, পাঁচটি লঙ্গ, সিকি তোলা দালচিনি ছাড়। পোস্ত বাঁটা ছাড়; তিন মিনিট কষিয়া চাল ও ডাল (ভাল করিয়া ধুইয়া) ছাড়। চাল ডাল ভাজ। মিনিট পাঁচ পরে, চাল শাদা হইয়া ফুটু ফুটু করিতে আরম্ভ করিলে, একসের আন্দাজ আঁখনি ঢালিয়া দাও। সাত আট মিনিট টগবগু করিয়া ফুটিলে, উনানের ছাই চাপা আঁচ করিয়া দাও। প্রায় কুড়ি মিনিট আস্তে আস্তে ফুটিয়া সব জল মরিয়া ঝরঝরে হইয়া গেলে, নামাইবে। থিচুড়ির জল বত মরিয়া আসিবে, ঘন ঘন ঢাকা খুলিয়া দেখিতে হইবে ও নাড়িয়া দিতে হইবে।

এইবারে সাজাও।

একটি গাঢ় পাত্রে অর্ধেক ভাত বিছাইয়া দাও ; ভাতের উপরে ঐ কোণ্ঠাকারী ঢালিয়া দাও ; তাহার উপরে আবাস ভাত ঢাকা দিয়া ছানার মুড়কিগুলি সব উপরে ছড়াইয়া দাও ।

তৃতীয় অধ্যায় ।

ভাতেভাত ।

প্রয়োজনীয় কথা ।

ভাতেভাত ।—যাহা কিছু পোড়া বা সিদ্ধ তরকারী ভাতের সহিত খাইতে দেওয়া হয়, তাহা চলিত কথায় “ভাতেভাত” বলিয়া কথিত হয় ।

বর্ষার দিনে স্বভাবতঃ খিচুড়ি বা ফেন্সা ভাত খাইতে বড় ইচ্ছা হয় । ভাতেভাত খিচুড়ি ও ফেন্সা ভাতের চিরসঙ্গী । এই বর্ষার সময়ে মৎস্যাদি এবং অন্যান্য তরকারী দুর্লভ হইলে, অথবা বাদলার কারণে বাজার হাট করিবার সুবিধা না হইলে, ভাতের সঙ্গেই দুই চারিটা আলু, পটল (বাহা ঘরে আছে) সিদ্ধ করিয়া লইলে তাহার দ্বারাই বেশ স্বচ্ছন্দে খাওয়া চলিতে পারে । খুব শীতের সময়েও এই প্রকার ভাতেভাত দিয়া গরম গরম ফেন্সা ভাত খিচুড়ি খাইতে বেশ লাগে । আমরা যাহাকে ভাতেভাত বলি হিন্দুস্থানীরা তাহাকে ভর্তা বলিয়া থাকে ;—যদিও ভাতেভাত এবং ভর্তায় কোন কোন স্থলে নাথিবার সামান্য ইতর বিশেষ আছে ।

শব্দজী সিদ্ধ । — শব্দজী নানা রকমে সিদ্ধ হইয়া থাকে ।

আলু ডাল প্রভৃতি কতকগুলি তরকারী শুদ্ধ জলে সিদ্ধ করিলে যে আত্মাদ হয়, তাহাপেক্ষা, যখন ভাতের চাল ফুটিতে থাকে তাহার মধ্যে ফেলিয়া সিদ্ধ করিলে, অনেক ভাল আত্মাদ হয়। ভাত অপরিষ্কার হইবে বলিয়া, ভাতের সহিত তরকারী সিদ্ধ করিতে না চাহিলে, ভাতের ফেনেও তরকারী সিদ্ধ করিয়া লইতে পার। অথবা তরকারী সিদ্ধ করিবার জলে, এক মুঠা আতপ চাল ফেলিয়া দিলেও বেশ হয়। চালটা যখন ফুটিতে থাকিবে, তখনই তরকারী সিদ্ধ করিতে ছাড়িয়া দিবে।

যে সকল তরকারী সিদ্ধ হইতে অধিক সময় লাগে, সেই সকল তরকারী সরুচালের ভাতে সিদ্ধ করিতে না দিয়া মোটা চালের ভাতেই সচরাচর দেওয়া হইয়া থাকে। নূতন আলু অথবা বেগুণের ভ্রায় মরম জিনিশ ভাতের মধ্যে ফেলিয়া সিদ্ধ করিতে চাহিলে, সরুচালের ভাতে ছাড়িয়া দেওয়া যায়। ভাতে তরকারী সিদ্ধ করিতে দিলে, ভাত অপরিষ্কার হওয়ার সম্ভব; ভাত অপরিষ্কার না হয়, এই জন্য তরকারী একটি কাপড়ে বাধিয়া পুঁটলি করিয়া ভাতের ভিতরে ফেলিয়া দিলেই হইবে; ইহাতে তরকারী ও সিদ্ধ হইবে, অথচ ভাত অপরিষ্কার হইবে না।

তরকারী প্রভৃতি সিদ্ধ করিবার কালে, উনানের জলস্ত আঁচ আবশ্যক। তরকারী বেশ ডুবিয়া যায়, এই রকম আন্দাজে জল দিতে হইবে।

তরকারী সিদ্ধ করিবার জন্য সর্দাপেক্ষা মাটির পাত্র আর কলাইকরা ধাতব পাত্র ব্যবহার করা ভাল। এইরূপ হাঁড়িতে যে কোন প্রকার তরকারী সিদ্ধ করিতে পারা যায়। লৌহ প্রভৃতি ধাতব পাত্রে (কলাই করা না হইলে) অন্ন অথবা কষাল তরকারী

সিদ্ধ করা উচিত নয়। লৌহ পাত্রে কাঁচকলা, মোচা, কলাইভুট, ডুমুর প্রভৃতি কষাল তরকারী সিদ্ধ করিবে না; ইহাতে তরকারীর রং কাল হইয়া যায়।

পোড়া।—পটল, বেগুন, কাঁচকলা প্রভৃতি কতকগুলি জিনিষ পুড়াইয়া খাইতে বেশী ভাল লাগে। তরকারী পোড়াইতে হইলে, খুব জলন্ত আঁচে না পোড়াইয়া অপেক্ষাকৃত নরম আঁচে পোড়াইলে ভাল। জলন্ত আঁচে পোড়াইলে, খুব শীঘ্র শবজীর উপরিভাগটা পুড়িয়া যাইবে, কিন্তু ভিতরে একেবারে শক্ত থাকিবে অর্থাৎ দড়কচা পড়িয়া যাইবে। রন্ধনাদি হইয়া গেলে, যখন উনানের জলন্ত অঙ্গারগুলা পুড়িয়া গিয়া খুব গরম ছাই হইবে, সেই সময়ে এই গরম ছাইয়ের ভিতরে বেগুন, পটল যাহা কিছু পোড়াইতে চাও রাখিয়া দিবে; আস্তে আস্তে মোলায়েম হইয়া পুড়িবে। উনানের নীচে যেখানে গরম ছাই পড়ে, সেখানেও কোন কোন শবজী রাখিয়া দিলে আস্তে আস্তে পুড়িয়া যায়।

ভাতেভাত মাখা।—ভাতেভাত শুদ্ধ সিদ্ধ বা পোড়া তরকারী হইলেও, ভালরূপ মাখিতে জানিলে এমনি রুচিকর হয় যে কেবল তাহা দিয়াই ভাত খাইতে পারা যায়।

ভাতেভাত, মাখিবার প্রধান মশলা বি বা কাঁচা সরিষা তেল, এবং ছুন, ইহা ব্যতীত আরো মুখরোচক করিবার জন্য পেঁয়াজ, লঙ্কা প্রভৃতি নানা মশলা দিয়া মাখা যায়।

গুণাগুণ।—যতদূর আমরা পারি, প্রতি তরকারীর নীচে নীচে সেই সেই তরকারীর গুণাগুণ লিখিয়া যাইব; যদিও তেল লঙ্কা ইত্যাদি ভিন্ন ভিন্ন উপকরণের সংযোগে তরকারীর গুণাগুণ কতকটা পরিবর্তিত হইলেও হইতে পারে।

৫৯ । আলুসিদ্ধ ।

প্রণালী ।—আলুগুলি থোসা পরিকার করিয়া ছাড়াইয়া জলে আধঘণ্টা কিম্বা একঘণ্টা ভিজাইয়া রাখ ; আলুর থোসা ছাড়াইবার সময় চোখগুলি ভাল করিয়া উঠাইয়া ফেলিবে । আলু যত ভিজিবে তত শাদা হইবে এবং থাইতেও তত ভাল হইবে । প্রচুর জল দিয়া (যাহাতে আলুগুলা বেশ ডুবিয়া যায়) আলুগুলা সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও । আধ তোলা ছুন জলে ফেলিয়া দাও । হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ, যখন বুঝিবে, আলু সিদ্ধ হইয়াছে, তখন একটা কাঁটা দিয়া বিধিয়া দেখিবে, যদি বিধিবানাত্র কাঁটা ভিতরে প্রবেশ করিয়া সহজে বাহির হইয়া আসে, তাহা হইলে বুঝিবে ঠিক আলুসিদ্ধ হইয়াছে । তারপরে জল ঝরাইয়া ফেল, এবং উনানের পার্শ্বে ঢাকনা খুলিয়া হাঁড়ি রাখিয়া দাও, তাহা হইলে আলুর গায়ে যেটুকু জল থাকে, সব শুকাইয়া যাইবে ।

আলুসিদ্ধ হইতে মিনিট পনের হইতে প্রায় পঁচিশ মিনিট পর্য্যন্ত সময় লাগে । নূতন কচি আলু শীঘ্র দশ পনের মিনিটের মধ্যে অর্থাৎ যাহাকে কথায় বলে “একভাপে” সিদ্ধ হইয়া যায় ।

গুণাগুণ ।—আলুকং শীতলং সর্কং বিষ্টম্ভি মধুরং শুক্ল ।

সৃষ্টমূত্রমলং রুক্ষং দুর্জ্বরং রক্তপিত্তহৃৎ ।

কফানিলকরং বল্যং ব্যাং স্তন্যবিবর্দ্ধনম্ ॥

(ভাব প্রকাশ)

সকল প্রকার আলুই শীতল, বিষ্টম্ভি, মধুর, শুক্লপাক, মল-মূত্রকর, রুক্ষ, দুর্জ্বর, কফকর, বাতপ্রকোপক, বলপুষ্টিকর, স্তন্য-বর্দ্ধক ও রক্তপিত্তের শান্তিকারক ।

৬০। ভূরু আলু।

উপকরণ।—বাতাবি বা বস্বাই আলু আট দশটা, জল ছসের, হুন দিকি তোলা।

প্রণালী।—আলুর খোশা ও চোখ প্রভৃতি ভাল রূপ ছাড়াইয়া জলে আলুগুলি ভিজিতে দাও। এক ঘণ্টা পরে, প্রচুর জল (আট দশটা আলুতে দুই সেরটাক জল) দিয়া আলুগুলি সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। মিনিট কুড়ি পঁচিশ পরে, কাঁটা বিধিয়া দেখিবে, আলু বেশ সিদ্ধ হইয়াছে কি না। সিদ্ধ হইলে পর, আলুর জল ঝরাইয়া ফেল; এবং আলুর উপরে দিকি তোলা হুন ছড়াইয়া দাও। উনানের পার্শ্বে, গরমে হাঁড়ির ঢাকনা খুলিয়া রাখিয়া দাও। অথবা উনানের উপরের হাঁড়িটা একটু রাখিয়া আলুর জল শুকাইয়া] লইতে পার। তারপরে যেই একটু গরম হইয়াছে দেখিবে, বারংবার ঢাকা সমেত হাঁড়ি ঝাঁকড়াইতে থাকিবে; তাহা হইলে দেখিবে, ক্রমে আলুর গায়ে কেমন গুঁড়া গুঁড়া বালির মতন হইয়াছে। ভূরু আলু করিতে গেলে, বাতাবি আলু বা বস্বাই আলু হইলে ভাল হয়; দেশী আলু শক্ত বলিয়া ভাল হয় না।

ভোজন বিধি।—এই রকম আলুসিদ্ধ মাংসের রোষ্ট, চপ, কাটলেট ইত্যাদির সহিত খাইয়া থাকে; ভাত, খিচুড়ি প্রভৃতিরও সহিত ইহা বেশ খাওয়া যায়।

৬১। নূতন আলু সিদ্ধ।

উপকরণ।—নূতন আলু দশ বারটা, জল একসের, হুন দিকি তোলা, মাখন আধ কাঁচা।

প্রণালী।—নূতন কচি আলুর খোসা ছাড়াইতে হয় না; ইহার খোসা ঘষিয়া বা চাঁচিয়া উঠাইতে হয়। এই নূতন আলু ঘষিবার জন্য, একটি চটের থোলে অথবা পুরাণ কার্পেটের আসন আনিয়া রাখ; তার পরে একটি একটি করিয়া আলু তাহাতে ঘষিলেই খোসা উঠিয়া যায়। চটের পরিবর্তে বটর উন্টা দিকে যে দিকে ধার নাই, সেই দিকে ঘষিলেও হয়, অথবা ছুরি করিয়া চাঁচিলেও হয়; বাহার যাহা সুবিধা।

একই রকমের দশ বারটা নূতন আলু বাছিয়া লও; একটি চটে ঘষিয়া খোসা উঠাইয়া ফেল। এইগুলি দুই তিনবার জল বদলাইয়া পরিষ্কার করিয়া ধুইয়া ফেল; যে অবধি না জল গরম হয় আলু ঠাণ্ডা জলে ভিজাইয়া রাখ।

একটি হাঁড়ি করিয়া তিন পোয়া বা একসেরটাক জল গরম করিতে চড়াইয়া দাও; যখন জলের খুব ধোঁয়া বাহির হইবে তখন আলুগুলি ইহাতে ছাড়িয়া দিবে; মিনিট পনের পরে আলুগুলি সিদ্ধ হইয়া গেলে, জল ঝরাইয়া ফেল এবং উনানের ধারে হাঁড়ি রাখিয়া দাও, তাহা হইলে অবশিষ্ট জলটুকু শুকাইয়া যাইবে।

এইবারে সিকি তোলা মুন আর আধ কাঁচা মাখন আলুর উপরে রাখিয়া, আরেকবার উনানের পার্শ্বে গরমে রাখ। মাখন-টুকু গলিয়া গেলে, হাঁড়িটা ঝাঁকড়াইয়া ঝাঁকড়াইয়া আলুর সহিত ঘি ও মুনটা মিশাইয়া লও।

ভোজন বিধি।—ইহা যেমন হইবে অমনি গরম গরম খাইতে দিবে। এই আলু গরম ভাতের সহিত খাও।

৬২। আলুভাতে।

ভাতের ভিতরে আলু ফেলিয়া সিদ্ধ করিতে হইলে, আলুর খোসা ছাড়াইয়াও দিতে পারা যায়, আবার খোসা না ছাড়াইয়াও দিতে পারা যায়।

সরুচালের ভাতে নূতন আলু সিদ্ধ করিতে পারা যায়। অপেক্ষাকৃত পুরাণ আলু মোটা চালের ভাতে ফেলিয়া দিলে, বেশ ভাল করিয়া সিদ্ধ হয়। বড় আলু হইলে, মাঝখানে একটু চিরিয়া দিলে ভাল।

৬৩। আলুভাতে মাখা।

প্রণালী।—ছইটা সিদ্ধ বা ভাতে আলু চটকাইয়া, আধ কাঁচা সরিষা তেল, সিকি তোলা ঘুন, একটি কাঁচা লঙ্কা মাখিয়া থাও।

৬৪। আলুভাতে মাখা (দ্বিতীয় প্রকার)।

প্রণালী।—আধ কাঁচা তেল, সিকি তোলা ঘুন, একটি কাঁচা লঙ্কা, দু এক চিমটি গোলমরিচ গুঁড়া, আধখানা পেঁয়াজ কুচি (খুব সরু সরু কুচি), এক চাকা কাগজি নেবুর রস, ছইটা সিদ্ধ আলুর সহিত মাখ।

৬৫। আলুভাতে মাখা (তৃতীয় প্রকার)।

প্রণালী।—ছইটা সিদ্ধ আলুর সহিত আধ কাঁচা সরিষা তেল, আধ তোলা একটু বেশী ঘুন, দেড়টা কাঁচা লঙ্কা, আধ তোলা শুকু আমের বা শুকু কুলের গুঁড়া দিয়া মাখ।

৬৬। আলুভাতে মাখা (চতুর্থ প্রকার)।

প্রণালী।—ছইটা সিদ্ধ আলুর সহিত, এক কোয়া বাঁটা রসুন,

তিন চারিটা আমসি বা আমচুর বাঁটা, পোন কাঁচা সরিষা তেল,
একটি কাঁচা লঙ্কা, মিকি তোলায় একটু বেশী হুন দিয়া মাখ ।

ইহা খাইতে বড় ভাল লাগে ; মুখে রুচি আনিয়া দেয় ।

৬৭। আলু পোড়া ।

প্রণালী ।—উনানের নীচে যেখানে ছাই পড়ে, সেইখানে আলু
রাখিয়া দিতে হয়, অথবা উনানের আঁচ কমিয়া গেলে, সেই গরম
ছাইয়ের ভিতরে রাখিয়া দিতে হয় ।

আন্তে আন্তে পুড়িয়া গেলে, হাতে জল লাগাইয়া লাগাইয়া
পোড়া খোসা গুলি উঠাইয়া ফেলিবে, তারপরে আলু জল দিয়া
ধুইয়া লইবে । আলু প্রায় আধ ঘণ্টার মধ্যে পুড়িয়া যায় ।

মাথা ।—ছোট চারিটা আলু হইলে, আধ কাঁচা সরিষা তেল,
ছোট কাঁচা লঙ্কা, ছয়ানি পরিমাণ রাই, ও মিকি তোলা হুন দিয়া
মাখ ।

ভোজন বিধি ।—পান্তভাতের সহিত আলুপোড়া হুন দিয়া
খাইতে বেশ লাগিবে ।

৬৮। আলুর ঘিপোড়া ।

প্রণালী ।—একটি খোসা সমেত আলু প্রথমে কাঁটা দ্বারা অল্প
অল্প বিঁধ কর ; আলুর উপরে ঘি, হুন ও গোলমরিচ মাখাও । এই
খোসাস্তর আলুটি কাঁটা দ্বারা বিঁদিয়া, ধরিয়া আগুনের উপরে
সেক দাও ; কাঁটাটি ঘুরাইয়া ঘুরাইয়া আলুর চারিদিকে পোড়াও ;
যখন দেখিবে, আলু নরম হইয়া কাঁটা হইতে খুলিয়া পড়িবার মত
হইতেছে, তখন বুঝিবে আলুর ভিতর সিদ্ধ হইয়াছে । মিনিট

কুড়ির মধ্যে সিদ্ধ হইয়া যাইবে। আগুনের উপরে কুটি সেকিবার গিরিলদানি রাখিয়া তাহাতেও আলু পোড়াইতে পার।

আলু পোড়াইলে উহার যেরূপ উত্তম আশ্বাদ হয় একরূপ সিদ্ধ আলুর হয় না।

গুণাগুণ।—শাশ্বততা ভিষকদিগের মতে আলু একটি বিশেষ পুষ্টিকর খাদ্য ; ভালরূপ সিদ্ধ হইলে ইহা সহজেই হজম হয় কিন্তু মন্দাগ্নি প্রভৃতিতে অথবা খাবার পর পেট ভার বোধ হইলে আলু অপকারী।

৬৯। রাঙাআলু সিদ্ধ।

প্রণালী।—রাঙাআলুর লাল খোসা চাচিয়া ভাল করিয়া ধুইয়া জলে সিদ্ধ করিতে দাও ; মিনিট পনেরর মধ্যে সিদ্ধ হইয়া যাইবে। ইহা ভাতের ভিতরে ফেলিয়া দিলেও হয়।

মাথা।—রাঙা আলু শুদ্ধ হুন আর সরিষা তেল দিয়া মাথ ; অথবা শুদ্ধ হুন আর মাখন মারা ঘি মাথিলেও ভাল লাগে। ইহা মিষ্টি বলিয়া একটু হুন লাগাইয়া খাইতেই ভাল লাগে।

গুণাগুণ।—রক্তালুভেদে বা দীর্ঘা তষী চ প্রথিতালুকী।

আলুকী বলকুৎসিদ্ধা শুক্কী হংককনাশিনী।

বিষ্টম্ভকারিনী তৈলে ললিতাতিকচিপ্রদা ॥

(ভাবপ্রকাশ)

দীর্ঘ ও সরু রক্তালু বিশেষকৈ আলুকী বলে। ইহা বলকারক, শিথ, শুষ্ক, হংকফের শাস্তিকারক ও বিষ্টম্ভকারী। এই আলুতে তেল মাখিয়া খাইতে অত্যন্ত কটিকর।

৭০। রাঙাআলু পোড়া।

প্রণালী।—রাঙা আলু গোল আলুর ন্যায় পোড়াইতে হয়।
ইহা খোসাসমেত পোড়াইতে দিবে।
রাঙাআলু সিদ্ধের ন্যায় ইহা মাথিতে হয়।

৭১। বেগুন পোড়া।

প্রণালী।—পোড়াইবার জন্য কচি বেগুন মনোনীত করিয়া লইবে; পাকা হইলে বাঁচি বিজ্ বিজ্ করিবে। বেগুনের মধ্য-
খানে লম্বাটিকে একটা চির দিয়া দিবে, অথচ আর বোঁটা
সমেত বেগুন থাকিবে। বেগুনের উপরে খোসাতে একটু
সরিষা তেল মাখিয়া, উনানে গরম ছাইয়ের ভিতরে পোড়াইতে
দাও; মিনিট দশ পনেরর মধ্যে পুড়িয়া যাইবে। বেগুন
পুড়িলে, উঠাইয়া একটু জল ছিটা দিয়া ঠাণ্ডা করিতে দিবে;
ঠাণ্ডা হইয়া গেলে, উপরের কাল খোসা পরিষ্কার করিয়া তুলিয়া
ফেলিবে এবং বেগুনটা জল দিয়া ধুইয়া লইবে।

মাথা।—এখন বেগুনের বোঁটাটা খুলিয়া ফেল এবং বেগুন
মাখ। একটা বেগুনে এক কাঁচা সরিষা তেল, সিকি তোলা
মুন, ও একটি কাঁচা লক্ষা দিয়া মাখ।

(২) আধ কাঁচা সরিষা তেল, সিকি তোলার একটু
বেশী মুন, একটি কাঁচা লক্ষা, একটি পেঁয়াজ (খুব সরু সরু করিয়া
কুটাইবে), দুই চাকা নেবুরস দিয়া মাখিলেও বেশ হয়।

(৩) একটি মাঝারি ধরণের পেঁয়াজ আর একটি কি দুইটি
কাঁচা লক্ষা কুচি কুচি কর। দুই একটি কাগজি নেবুর রসে

পেঁয়াজ ও কাঁচা লক্ষা কুচি ওলি ভিজিতে দাও ; দুই এক ঘণ্টা রৌদ্রে রাখিয়া দাও, অথবা উনানের পার্শ্বে রাখিয়া দাও। তার পরে বেগুন পোড়াইয়া, তাহাতে আধ তোলা হুন, এক কাঁচা সরিষা তেল মাখ ; তার পরে নেবুর রসে ভিজান কাঁচা লক্ষা ও পেঁয়াজ কুচি মাখ। নেবুর রস আপনার কুচি অহু-সারে দিবে।

গুণাগুণ।—অঙ্গারপকা বাৰ্ত্তাকী কিঞ্চিং পিত্তকরী মতা।

কফমেদোহনিলহরা সরা লঘুতরা পরা ॥

(রাহুবল্লভ)

পোড়া বেগুন জ্বলং পিত্ত কর, লঘুপাক, সারক, এবং কফ, মেদ ও বাতনাশক।

পোড়া বেগুনের বিষয় ভাব প্রকাশও প্রায় এক মত। অবি-
কঙ্ক তেলে মাখা বেগুনের বিষয় ভাব প্রকাশ বলেনঃ—

“তদেব হি গুরু স্নিগ্ধং সঠৈলং লবণাবিতং” ॥

(ভাব প্রকাশ)

তেল ও হুন দিয়া বেগুন পোড়া মাখিলে, উহা স্নিগ্ধ ও গুরু-
পাক হইয়া থাকে।

৭২। বেগুন ভৰ্ত্তা।

প্রণালী।—একটি কচি দেখিয়া বেগুন লও ; এ বেগুন আর চিরিতে হইবে না; আস্ত বেগুনে একটা মোটা ছুঁচ দিয়া চারিদিকে চারিটা বিধ কর। দুই ধারে দুই গর্ভের ভিতরে, দুইটা কাঁচা লক্ষা ও অল্প দুই দিকে দুই কোয়া রসুন (আস্ত রসুনের মধ্য হইতে দুই কোয়া মাত্র) ঢুকাইয়া দাও ; গরন ছাইয়ে যেমন পোড়াইতে হয়

পোড়াও। পুড়িয়া গেলে, বেগুনে একটু জল আছড়া দিয়া ঠাণ্ডা কর। হাতে একটু একটু জল মাখিয়া বেগুনের পোড়া-খোঁসা উঠাইয়া ফেল। হাতে জল মাখিবার অভিপ্রায় এই যে, পোড়া-খোঁসাগুলা আর হাতে লাগিয়া যাইবে না। সব খোঁসা উঠিয়া গেলে, জল দিয়া ধুইয়া বেগুন ভাল করিয়া পরিষ্কার করিয়া ফেলিবে; তার পরে এক কাঁচা সরিষা তেল ও স্নিক তোলাটাক হুন দিয়া সমস্ত বেগুনটা রান্না ও কাঁচা লঙ্কার সহিত ভাল করিয়া মাখিবে।

৭৩। বেগুন ভর্তা (দ্বিতীয় প্রকার)।

উপকরণ।—বেগুন একটা, ছোট পেঁয়াজ দুইটা, আদা স্নিক তোলা, লঙ্কামরিচ একটা, হুন একচিমটি।

প্রণালী।—পেঁয়াজ, লঙ্কা ও আদা খুব মিহি করিয়া শিলে বাটিয়া লও। বেগুনের মধ্যে লম্বালম্বি ভাবে ছুরি দিয়া একটা চির কর, এই চিরের মধ্যে পেঁয়াজ প্রভৃতি বাটনা ও এক চিমটি হুন পুরিয়া দাও।

এইবারে বেগুনটা পোড়াইয়া ইচ্ছানত তেল হুন মাখিয়া খাও।

৭৪। কড়ুই বেগুন ভর্তা।

প্রণালী।—শাদা ছেঁদের মত যে লম্বা অথবা গোল এক রকম বেগুন পাওয়া যায়, তাহাকে কড়ুই বেগুন বলে। সেই কাঁচা বেগুনে ছুঁচ দিয়া দুই দিকে দুইটা বিঁধ করিবে;—তাৎ'বলিয়া বিঁধটা যেন এ-কোঁড় ও-কোঁড় হইয়া না যায়। দুই ছেঁদের ভিতরে, এক দিকে একটি কাঁচা লঙ্কা ও আরেক দিকে এক ডেলা হিং (চার রতি

গুজনের) ঢুকাইয়া দাও। এইবারে পোড়াও ; পুড়িয়া গেলে, পোড়া খোসাদি উঠাইয়া, আধ কাঁচা সরিষা তেল ও নিকি তোলা হুন দিয়া সেই লক্ষা ও হিংয়ের সহিত মাখ।

কড়ুই বেগুনের অভাবে অন্য বেগুনও এইরূপে হিং দিয়া পুড়াইলে বেশ হয়।

গুণাগুণ।—অপরং শ্বেত বৃন্তাকং কুঙ্কুটাণ্ডসমং ভবেৎ।

তদর্শঃসু বিশেষেণ হিতং হীনঞ্চ পূর্বতঃ ॥

(ভাব প্রকাশ)

যে বেগুন কুঙ্কুটাণ্ডের ছায় শ্বেতবর্ণ তাহা অর্শ রোগে বিশেষ হিতকারী কিন্তু সাধারণ বেগুন অপেক্ষা কিঞ্চিৎ হীনগুণ।

৭৫। ডাল দিয়া বেগুন ভর্তা।

উপকরণ।—একটি বড় বেগুন, আধছটাক মটর বা ছোলার ডাল, কাঁচা লক্ষা চারিটা, গুরু লক্ষা একটা, মাখন মায়া ঘি এক কাঁচা, হুন আধ তোলায় কিছু কম, একটি কাগজি নেবু।

প্রণালী।—একটি বেগুন পুড়াইয়া, তাহার কাল খোসাগুলি ছাড়াইয়া ফেল। ডালগুলি একটি টুকরা কাপড়ে বাধিয়া, আধ সের খানেক জলে প্রায় মিনিট কুড়ি সিদ্ধ কর। চারিটা কাঁচা লক্ষা কুঁচাও ও একটি গুরু লক্ষা বাঁটিয়া রাখ।

সিদ্ধ ডাল একটি কাঠের হাতার পিছন দিক দিয়া মাড়িয়া লও ; তার পরে বেগুনপোড়া ও ডাল সিদ্ধ একত্র মিশাইয়া লও ; ইহাতে নেবুর রস, কাঁচা লক্ষা কুচি, গুরু লক্ষা বাঁটা ও হুন একত্র মাখ। এইবারে একটি হাঁড়িতে এক কাঁচা ঘি চড়াইয়া, একখানি তেজপাতা ছাড় ; মিনিট দুই পরে, ডাল ও বেগুনাদি

ঢালিয়া খুঁটি দিয়া নাড়িতে থাক ; দু তিন মিনিট পরে, নামা-
ইয়া লও ।

বেগুন পোড়ার পরিবর্তে বেগুন সিদ্ধ হইলেও হয় ।

৭৬ । ছবদিয়া বেগুন ভর্তা ।

উপকরণ।—কচি বেগুন দুইটা, ছব আধ ছটাক, চিনি এক
কাঁচা মুন সিকি তোলা, ঘি আধ ছটাক, তেজপাতা দুইখানি,
কাঁচা লঙ্কা একটি, আদা এক গিরা ।

প্রণালী।—দুইটা কচি ও অথচ বড় বেগুন পোড়াও ; পোড়া
খোনাগুলি ছাড়াইয়া ধুইয়া ফেল ; বেগুন দুইটা হাত দিয়া
মোনায়েম করিয়া চটকাইয়া লও ; ইহাতে এক ছটাক ছব,
এক কাঁচা চিনি, সিকি তোলা মুন মিশাও । তার পরে একটা
কড়া বা হাড়িতে আধ ছটাক ঘি চড়াইয়া, দুইখানি তেজপাতা
ছাড় ; ঘি হইতে বোয়া উঠিলে, কাঁচা লঙ্কা কুচি ছাড় এবং
মাখা বেগুনটা ঢালিয়া দাও । জলীয় ভাগ মরিয়া গিয়া বেশ
ঘন থকথকে হইলে নামাইবে এবং খুব মিহি আদা বাঁটা দিয়া
সবটা একবার মিশাইয়া লইবে ।

ইহাতে আদার সহিত একটু মোরী বাঁটাও দিতে পারা যায় ।

৭৭ । বেগুন সিদ্ধ ।

প্রণালী।—গুধু জলে বেগুন সিদ্ধ করিতে দিলে, মিনিট দশ
পনেরর ভিতরে সিদ্ধ হইয়া যায় ।

ভাতে দিলে, ভাত হইয়া গেলে ভাতের সঙ্গে সঙ্গে বাহির
করিতে হয় । যত কচি বেগুন হইবে তত ভাল হইবে ।

ইহা পোড়ারই মত করিয়া মাখিতে হয় ।

৭৮। তেমতি বা বিলাতী বেগুন ভর্তা।

উপকরণ।—একটি বড় বিলাতী বেগুন, একটা কাঁচা লঙ্কা, ছইটা পেঁয়াজ, দুই সিকি তোলার কিছু বেশী।

প্রণালী।—একটি এক ছটাক ওজনের বিলাতী বেগুন উনার উপরে গরম হাইরে পোড়াইতে দাও। এক দিক পুড়িলে আবার ঘুরাইয়া দিবে, ক্রমে তাহা হইলে সব দিক পুড়িয়া যাইবে, প্রায় সাত আট মিনিটের মধ্যে পুড়িয়া যাইবে। হাতে একটু একটু জল লইয়া বেগুনের গায়ে যে সকল কাল দাগ লাগিয়াছে তাহা উঠাইয়া পরিষ্কার করিয়া ফেল।

এইবারে একটি বাসনে বেগুনটি টিপিয়া ভর্তা বানাও। কাঁচা লঙ্কাটি, পেঁয়াজ ছইটি কুচি কুচি করিয়া ঘূনের সহিত ঐ বেগুনে মাখ।

গুণাগুণ।—পাশ্চাত্য ভিষকদিগের মতে ইহা বিরোচক, যকৃত দোষে বিশেষ হিতকর এবং মন্দাঘ্নি ও অজীর্ণ নাশক। যে সকল শারীরিক অবস্থায় 'ক্যালোমেল' প্রয়োগ করা যায় সেই অবস্থায় তেমতি সাতিশয় উপকারিতার পরিচয় দিয়া থাকে। *

* Tomatoes are powerful aperient for the liver, a sovereign remedy for dyspepsia and for indigestion. Tomatoes are invaluable in all conditions of the system in which the use of calomel is indicated. (House keeper)

The tomato is one of the most powerful deobstruents (medicines for removing obstructions) of the materia medica; and in all affections of the liver it is

৭৯। মোচা ভাতে।

হাতে একটু তেল মাখিয়া লও। আটা লাগিবে না।

একটি মোচা আন। যেন কাঁচকলার মোচা না হয়। মোচার ভিতরের শাদা কচি কচি পাতা যে পর্য্যন্ত না বাহির হয় সেই পর্য্যন্ত লাল খোলা খুলিয়া ফেল; তার পরে যখন শাদা পাতা আসিবে, আর পাতা না খুলিয়া বোটার দিকে ও মুখের দিকে এক ইঞ্চি কি দেড় ইঞ্চি আন্দাজ কাটিয়া ফেল। ধুইয়া লও। এইবারে মোটা চালের ভাতে অথবা গরম জলে মুঠাখানেক চাল ফেলিয়া, সেই গরম জলে কিছা ফেনে সিদ্ধ করিতে দাও। ভাল করিয়া সিদ্ধ হইতে পনর হইতে কুড়ি মিনিট পর্য্যন্ত সময় লাগিবে। সিদ্ধ হইয়া গেলে, হাত দিয়া ভাঙ্গিয়া ভাঙ্গিয়া চট্কাইয়া লও। এক কাঁচা সরিষা তেল, দিকি তোলা মুন, দিকিতোলাটাক রাই সরিষা বাঁটা ও একটি কাঁচা লঙ্কা মাখ।

গুণাগুণ।—কদলীমোচকং হৃদ্যং ককশং ক্রিমিনাশনং।

কুষ্ঠপ্লীহাজ্বরহরং দীপনং বস্তিশোধনং ॥ (রাজবল্লভ)

মোচা মুখপ্রিয়, কফনাশক, অগ্ন্যুদ্দীপক, ক্রিমি, কুষ্ঠ প্লীহা ও জ্বরনাশক এবং বস্তিশোধক।

৮০। মসুর ডাল ভাতে।

উপকরণ।—মসুর ডাল এক ছটাক, ছোট এলাচ একটি, তেজ-

probably the most effective and least harmful remedial agent known. When used as an article of diet it is almost a sovereign remedy for dyspepsia and indigestion. (Dr. Bennett.)

পাতা একটি, কাঁচালক্ষা দুইটি, দেড় কাঁচাটাক সরিষাতেল, প্রায়
ধাতালো হুন।

প্রণালী।—মসুর ডাল ভাতে দিলে, তাহার যেন কি রকম
হাল্‌সে গন্ধ বাহির হয়, সেই জন্য এই ডাল অনেকের ভাতে
খাইতে ভাল লাগে না; কিন্তু নিম্নলিখিত প্রণালীতে ইহা ভাতে
দিলে আর সেই হাল্‌সে গন্ধ থাকে না।

কাঁকড়াদি বাছিয়া মসুর ডাল সকাল বেলা ভিজাইতে দিবে;
এক ঘণ্টা ধরিয়া ভিজিলে বাঁটিবে। ইহাতে একটি ছোট এলাচ
(ছাড়ান), একখানি হেজপাতা, দুটি কাঁচালক্ষা কুটাইয়া দাও।
একটি কাপড়ের ভিতরে সব পুরিয়া পুটলি বাঁধিয়া ভাতে
কেলিয়া দিবে; শেষে পুটলি খুলিয়া সরিষা তেল আর হুন মাখিয়া
খাইবে।

ইচ্ছা করিলে একটু নেবুর রস মাখিয়াও খাইতে পার।

৮১। মসুর ডাল পোড়া।

পূর্বকথিত মসুর ডাল বাটা ঐরূপ মসলা দিয়া কলাপাতার
জড়াইয়া উনানের ভিতরে গরম ছাইয়ে অথবা একখানি তাম্বার
উপরে করিয়া পুড়াইলেও বেশ হয়। পোড়ান হইলে, পোড়া কলা
পাতা গুলা ছাড়াইয়া, শেষে একটু হুন আর তেল মাখিয়া খাইলেও
বেশ লাগে।

গুণাগুণ।—মহুরো মধুরো রুক্ষঃ সংগ্রাহী ককপিভ্রহ। (রাজবল্লভ)

ইহা মধুর, রুক্ষ, ধারক, ও ককপিভ্র নাশক।

ভাবপ্রকাশ ইহার উপর আরো দুইটি গুণ বর্ণিয়াছেন—যথা
জ্বরনাশক ও রক্তদোষ নাশক।

৮২। মটর ডাল পোড়া।

উপকরণ।—মটর ডাল আধছটাক, রাই সিকি কাঁচা, কাঁচা লক্ষা একটি, ছুন দিক তোলা, নেবু ছই চাকা, সরিষা তেল এক কাঁচা।

প্রণালী।—মটর ডালগুলি কাঁকড়া দি বাছিয়া হোরে ভিজাইতে দাও। প্রায় ছইঘণ্টা পরে ডালগুলি বেশ করিয়া ধুইয়া মিহি করিয়া বাঁটিয়া লও। একটি কলাপাতায় সরিষা তেল হাতে করিয়া মাখ; এই কলা পাতার ভিতরে ডালবাটা পুরিয়া গরম ছাইয়ের ভিতরে পুড়াইতে হইবে; এই কলাপাতা পোড়া পোড়া এবং ডালও বেশ শক্ত হইয়া আসিলে, পাতা খুলিয়া ফেলিবে। ডাল একটি পাত্রে রাখিয়া রাই, কাঁচালক্ষা, ছুন, নেবু ও সরিষা তেল মাখিয়া থাইতে দাও।

৮৩। পোস্ত ভাতে।

উপকরণ।—পোস্ত আধ ছটাক, নেবু ছই চাকা, প্রায় সিকি তোলা ছুন, কাঁচা লক্ষা একটি, সরিষা তেল আধ কাঁচা।

প্রণালী।—পোস্তগুলি প্রথমে একটি বাটিতে জল রাখিয়া তাহাতে ছাড়িয়া দাও; তাহা হইলে, যত বালি সব নীচে পড়িয়া যাইবে। তারপরে আস্তে আস্তে উপর হইতে পোস্ত দানাগুলি ছাঁকিয়া লইয়া খুব মিহি করিয়া শিলে পিষিয়া লও; ইহাতে আর জল দিতে হইবে না, পোস্তবাঁটাটা যেন বেশ শক্ত হয়; নরম হইলে ভাতের সহিত গলিয়া যাইবে।

যখন ভাত টগুবগিয়া ফুটিতেছে দেখিবে, অমনি পোস্তডেলা ভাঙে ফেলিয়া দিবে; ইহা তিনচার মিনিটের মধ্যে ভাপে শক্ত

হইয়া যাইবে। পোস্তভাত্তেতে নেবু, মুন, কাঁচালক্ষা এবং সরিষা তৈল মাখিয়া খাও।

৮৪। নটে শাক সিদ্ধ।

উপকরণ। টাপানটে শাক আধসের, একটা বড় পাটনাই পেরাজের আধখানা, কাঁচালক্ষা তিনটা, ঘি এক কাঁচা, মুন সিক তোলা।

প্রণালী।—আধসের নটে শাক বাছিয়া, পোকা খাওয়া পাতা বা ঘাস যাহা থাকে ফেলিয়া দাও। তার পরে তিন চারি-বার জল বদলাইয়া শাকগুলি আছড়াইয়া আছড়াইয়া ধুইয়া লও। তাহা হইখে বালি, পোকা যাহা কিছু থাকিবে সব পড়িয়া যাইবে। প্রায় শাণ্ডে চুল প্রভৃতি থাকে, শাক বাছিবাব সময়ে সে সকল বিশেষ করিয়া বাছা উচিত।

সমস্ত শাক বাহাতে ভিজিয়া যার এই পরিমাণে জল দিয়া একটি হাঁড়ি করিয়া শাকগুলি সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। মিনিট পনের পরে, বেশ সিদ্ধ হইয়া গেলে, নামাইয়া জল ঝরাইয়া ফেল এবং আর একটি পাত্রে উঠাইয়া রাখ। ছুরি দিয়া সিদ্ধ শাকগুলি কিমা অর্থাৎ খুব কুচি কুচি কর। আধখানা পেরাজ, কাঁচা লক্ষা তিনটি কিমা করিয়া রাখ। কড়ায় এক কাঁচা ঘি চড়াও, ঘিের কিমা পেরাজ ও লক্ষা ফেলিয়া দাও। দু তিন মিনিট নাড়া চাড়া করিয়া কিমা শাকগুলি ইহাতে ছাড়িয়া দাও। সিকিতোলা মুন দাও। পাঁচ মিনিট নাড়া চাড়া করিয়া জলটা মরিয়া গেলে, নামাইয়া রাখ।

ইহা ভাতের সহিত যেকোন খাইতে পারা যায়, মটন রোষ্ট

প্রভৃতির সহিতও সেইরূপ থাইতে পারা যায়। রাঙা শাক, পালং-শাকেরও এইরূপ করা যায়।

গুণাগুণ —আয়ুর্বেদ মতে চাঁপানটে লঘু, শীতল, মলমূত্রের বিরোধক, অগ্ন্যাদীপক, কৃচিকর, বিষনাশক, রক্তসঞ্চয় পীড়ার শাস্তিকারক এবং কফ ও পিত্ত নাশক।

৮৫। নটে শাক ভর্তা।

উপকরণ।—চাঁপা নটে শাক আধপোয়া, বাঁধাকপি আধ পোয়া, সিকিতোলা পাঁচ কোড়ন, শুক্ক লক্ষা একটি, একটি আস্ত রসুনের তিন কোয়া, মুন সিকি তোলা, জল আধ পোয়া, বি এক কাঁচা, কাঁচা লক্ষা দুইটা।

প্রণালী।—নটে শাকগুলির পোকা পাতা ঘাস ইত্যাদি বাছিয়া, দু'তিনবার জল বদলাইয়া ধুইয়া লও। কচি কপি পাতাগুলি কুঁচাইয়া ধোও।

একটি হাঁড়িতে আধপোয়া জল দিয়া নটে শাক ও কপি একত্র সিদ্ধ করিতে দাও, দুইটা কাঁচা লক্ষা চিরিয়া দাও, *মুন দাও : প্রায় পঁচিশ মিনিট সিদ্ধ হইলে পর শাকের জল ঝরাইয়া ফেল। এইবারে ইহা একটি কাঠের হাতার পিছন দিয়া মাড়িয়া লও।

আবার হাঁড়ি চড়াইয়া ঘি দাও, আগে রসুন কোয়া তিনটি একটু ছেঁচিয়া ছাড়, রসুন ঈষৎ লালাত হইলে, যেতি ফোড়ন দাও, তার পরে লক্ষা কোড়ন দাও ; লক্ষা বেশ লাল হইয়া আনিলে, শাকগুলি ঢালিয়া মাতলাও। তিন চার মিনিট নাড়, নাড়া চাড়া করিয়া নামাও।

৮৬। বাধাকপি ভাতে।

প্রণালী।—নূতন বাধাকপি উঠিলে, তাহা আনিয়া উপরের

সবুজ পাতাগুলি খুলিয়া ফেলিলে যখন দেখিবে শাদা পাতা, তখনও ছ একটা শাদাপাতা খুলিয়া ফেলিবে। তার পরে ছুরি দিয়া সংযোগ (+) চিহ্নের ন্যায়, এদিক হইতে এবং ওদিক হইতে দুইটি চির দাও, অথচ কপিটি আস্ত থাকিবে। এখন আধ হাঁড়ি জলে, একমুঠা চাল ফেলিয়া কপি সিদ্ধ করিতে দাও ; সিদ্ধ হইলে পর, জল করাইয়া আবার হাতা দিয়া টিপিয়া অবশিষ্ট জলটুকুও বাহির করিয়া ফেল।

মাথা।—কপিটা চট্কাইয়া লইয়া ইহাতে দিকি তোলা রাই, দুইটী কাঁচা লব্ধা, আধ তোলা হুন, এক ছটাক সরিষা তেল মাখিয়া থাইতে দাও।

৮৭। ফুল কপি সিদ্ধ।

প্রণালী।—একটি ফুলকপি আনিয়া, তাহার বাহিরের পাতাগুলি ছিঁড়িয়া ফেল, আর গোড়ার শক্ত দিকটা একইক্ষি পরমাণে কাটিয়া ফেল ; তার পরে বে ডালগুলোতে দেখিবে অনেক ছোট ছোট ডাল একত্র হইয়াছে, সেই ডালগুলোও কাটিবে ; প্রায় দ্বাত আটটা ডালে বিভক্ত করিবে। এখন পোয়া তিন জল দিয়া একটি হাঁড়িতে সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। ফুল কপি সিদ্ধ হইতে প্রায় নিম্নিট কুড়ি লাগিবে।

এইবারে হাঁড়ির মুখে একখানি ঢাকনা চাপা দিয়া ইহার জল করাইয়া ফেল। একটি কাঠের হাতার পিছন দিয়া কপি পুর চাপিয়া ধর, তাহা হইলে কপির অবশিষ্ট গারের জলটুকুও বাহির হইয়া যাইবে।

হাঁড়ি চড়াও ; দেড় কাঁচা দি চড়াইয়া তাহাতে কপিগুলি

ছাড়; ছ তিন মিনিট নাড়া চাড়া করিয়া নামাও। একটি বাসনে কপিগুলি উঠাইয়া, উহার উপরে ছ তিন চিমটি গোলমরিচের গুঁড়া আর প্রায় দিকিতোলা হুন ছড়াইয়া দাও।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাতের সহিতও খাওয়া যায় এবং মাংসের রোষ্টি, চপ আদির সহিতও খাইতে পারা যায়।

৮৭। ঝিঙ্গা ভাতে।

প্রণালী।—চারিটা কচি দেখিয়া ঝিঙ্গা আনিয়া তাহার শির-গুলি টাচিয়া ধুইয়া ফেল; ভাতের চাল যখন কুটিবে, তখন উহাতে ঝিঙ্গাগুলি ফেলিয়া দিবে; তার পরে ভাত হইয়া গেলে, ঝিঙ্গাগুলি বাহির করিয়া একটি পাত্রে রাখ।

মাখা।—ইহাতে সিকি তোলা হুন, একটা কাঁচা লক্ষা, দুই কি তিন চাকা নেনবুর রস মাখ। ইহা খুব কচিকর।

অনেকে ঝিঙ্গা সিদ্ধ হইলে, চাপিয়া উহার জল বাহির করিয়া ফেলে। ইহার জল বাহির করিবার আবশ্যক নাই। এই জলের সহিত নেনবুর রসাদির সংমিশ্রণে বরং খাইতে ভালই লাগে।

গুণাগুণ।—ঝিঙ্গাকং তিক্তমধুরমামবাতাগ্রিমন্দ্যকৃৎ।

(ব্রাহ্মবল্লভ)

ঝিঙ্গা তিক্ত, মধুর, এবং আমবাত ও মন্দাগ্রিকারক।

৮৮। ঝিঙ্গা পাতপোড়া।

উপকরণ।—কচি ঝিঙ্গা চারিটা, সরিষা বাঁটা এক তোলা, আধতোলা গোলমরিচ বাটা, ফার দুই রতি, তেল এক কাঁচা, হুন সিকি তোলা।

প্রণালী।—চারিটা কচি ঝিঙ্গা আনিয়া, তাহার উপরের খোসা

ছাড়াইয়া ধুইয়া ফেল । এক তোলা মিহি সরিষা বাঁটা, আধ তোলা মিহি গোলমরিচ বাঁটা, দুই রতি ক্ষার একত্র মিশাইয়া ঝিঙ্গা কয়টাতে মাখাও । একটা কলাপাতার ভিতরে ঝিঙ্গাগুলি রাখিয়া, কলাপাতার চারিদিকে ভাল করিয়া মুড়িয়া দাও, দড়ি দিয়া বাধিয়া দাও ; এইবারে গরম ছাইয়ের ভিতরে পোড়াইতে দাও ।

উনানে নরম আঁচ না থাকিলে, উনানের উপরে একটি তাওয়া চড়াইয়া, মোড়া কলাপাতা ইহাতে রাখিয়া দাও । এক দিকে কুঁচকাইয়া আসি:ত্বে দেখিলে, আর এক দিক উন্টাইয়া দিবে ; প্রায় আট নয় মিনিটের ভিতরেই ইহা খুব নরম হইয়া যাইবে ।

এখন কলাপাতার ভিতর হইতে ঝিঙ্গাগুলি বাহির করিয়া একটি পাত্রে রাখ । পাতার গায়ে যে মসলা থাকিবে তাহা হাত দিয়া টাচিয়া লইবে । ঝিঙ্গাগুলি ভাঙ্গিয়া লও এবং ইহাতে মুন, তেল মাখিয়া খাইতে দাও । ঝিঙ্গাপোড়ায় ক্ষারটুকু ইচ্ছামত ব্যবহার করিবে । আসানবাসীরাই ক্ষার ব্যবহার করে । ক্ষার কিরূপে প্রস্তুত করিতে হয় তাহা ২৭ পৃষ্ঠায় দেখ ।

৮২। ঝিঙ্গার খোসা পাতপোড়া ।

প্রণালী।—কচি ঝিঙ্গার খোসা ফেলিয়া দিবার আবশ্যক নাই ।

চারিটা কচি ঝিঙ্গার খোসাতে সিকি তোলা মিহি সরিষা বাটা, এক রতি ক্ষার, সিকি তোলা গোলমরিচ বাটা, সব একত্র মিশাইয়া একটি কলাপাতে জড়াইয়া পোড়াইতে দিবে । ইহা পাঁচ ছয় মিনিটের মধ্যেই হইয়া যাইবে । তার পরে সিকি তোলাটুকু মুন আর সিকি কাঁচাটুকু তেল মাখিয়া খাইবে । ক্ষার কিরূপে প্রস্তুত করিতে হয় তাহা ২৭ পৃষ্ঠায় দেখ ।

৯০। কচি আমড়া ভাতে।

প্রণালী।—একটি কাপড়ে কতকগুলি কচি আমড়া বাঁধিয়া ভাতে ফেলিয়া দাও। ভাত হইয়া গেলে, ভাত হইতে বাহির করিয়া সরিষা তেল, মুন, কাঁচা লব্ধা, ও একটু সরিষা বাঁটা দিয়া মাখিবে।

গুণাগুণ।—আগ্ন্যর্ষেদ মতে আমড়া অম্ল, গুরু, বাতঘ্ন, কুচিকর ও রক্ত পিত্তকর।

৯১। কামরাঙা এবং নোয়াড় সিদ্ধ।

প্রণালী।—কামরাঙা এবং নোয়াড় কচি আমড়ার ধরনেই মাখিতে হইবে। সরিষা বাঁটা দিলেও হয়।

গুণাগুণ।—ভাব প্রকাশ মতে কামরাঙা শীতল, মলবদ্ধকর, স্বাদু, অম্ল, কফঘ্ন ও বাতনাশক।

ভাব প্রকাশ মতে নোয়াড় কুচিকর, অম্লমধুর, গুরু এবং অর্শ, কফ ও পিত্তের শাস্তিকারক।

৯২। কাঁচা আম ভাতে।

প্রণালী।—কাঁচা আমের যখন কষি কতকটা শক্ত হইয়া আসিবে, সেই সময়ের আম খোলা শুদ্ধ সিদ্ধ করিতে দিবে। একটি মাঝারি দেখিয়া কাঁচা আম লও ; বোঁটাটা কাটিয়া জলে ভিজাইতে দাও। ভাল করিয়া ধুইয়া, একটি কাপড়ে বাঁধিয়া অথবা অমনি, ভাতে ফেলিয়া দাও কিম্বা জলে সিদ্ধ করিতে দাও। সিদ্ধ আমের নীচের দিকে খোসা টিপিলেই খোলা হইতে আঁটিটা আলাদা হইয়া যাইবে ; খোলাটাও নিংড়াইয়া লইবে। আঁটি হইতে শাঁস লইয়া কষি আঁটি ফেলিয়া দাও। ইহাতে আম কাঁচা সরিষা তেল,

মিকি তোলাটাক হুন, একটি কাঁচা লক্ষা, এক কোয়া (আন্ত রসূনের এককোয়া) রসুন থেঁতলাইয়া মাখিয়া লও। রসূনের পরিবর্তে পেঁয়াজ কুচি দিলেও বেশ হয়।

গুণাগুণ।—রক্তপিত্তকরং বালমাপূর্ণং পিত্তবর্দ্ধকং। (চরক)

কাঁচা আম রক্তপিত্তকর ও পিত্তবর্দ্ধক।

২৩। কাঁচা আম পোড়া।

প্রণালী।—কাঁচা আম উনানের নীচে বা গরম ছাইয়ের ভিতরে দিয়া পুড়াইতে হয়। তার পরে কাল খোসা উঠাইয়া ইহার শাঁস বাহির করিয়া মাখিতে হইবে।

একটি পোড়া আম, মিকিতোলা সরিষা, দুই এক কোয়া রসুন (একটি আন্ত রসূনের দুই এক কোয়া মাত্র), মিকি তোলা আদা, একটী লক্ষা মরিচ, সব শিলে পিষিয়া তেল ও হুন মাখিয়া খাও। আদা ও রসুন নাও দিতে পার।

২৪। পাকা আম ভাতে।

উঁশাল অর্থাৎ খুব শক্ত পাকা আম ভাতে ফেলিয়া দিবে। নরম দেখিয়া দিলে আম গলিয়া যাইবে। সিদ্ধ হইলে পর ইহার উপরের খোসাটা ছাড়াইয়া তাঁটি হইতে শাঁস নিংড়াইয়া বাহির কর। তার পরে শুধু হুন অথবা চিনি মাখিয়া খাও।

চিকিৎসকেরা রোগীর মুখের কচির জন্য কোন কোন সময়ে ইহা পথ্য স্বরূপে ব্যবহার করেন।

২৫। পাকা আম পোড়া।

প্রণালী।—পাকা আম পুড়াইয়া তাহাতেও হুন, চিনি মাখিয়া খাইলে ভাল লাগে।

গুণাগুণ।—পকমান্নং জয়েদ্বায়ুং মাংসশুক্ৰবলপ্রদং ॥ (চরক)

পাকা আম বায়ু নাশক এবং মাংস, শুক্র ও বলজনক ।

৯৬ । ডেঙ্গো উঁটা সিদ্ধ ।

উপকরণ।—ছই ছড়া ডেঙ্গো উঁটা, দিকি তোলা রাই সরিষা অথবা দেড় কাঁচাটাক ঝাল কাহুন্দি, প্রায় আধ তোলা তুন, এক কাঁচার কিছু কম সরিষা তেল, জল তিন পোয়া, চাল এক মুঠা ।

প্রণালী।—বেশ মিষ্টি দেখিয়া মোটা মোটা অণ্ড নরম ডেঙ্গো উঁটা বাছিয়া লও ; মধ্যমাঙ্গুলির সমান লম্বা করিয়া কাটি এবং সঙ্গে সঙ্গে তাহার আঁশ ভাল করিয়া ছাড়াইয়া যাও ; ধুইয়া ফেল ।

একটি হাঁড়িতে তিন পোয়াটাক জল চড়াইয়া, উঁটাগুলি ফেলিয়া দাও, আর এক মুঠা চাল দাও । ইহা সিদ্ধ হইতে কুড়ি হইতে পঁচিশ মিনিট লাগিবে । সিদ্ধ হইলে, জল করাইয়া ফেল । সরিষা বাঁটা বা ঝাল কাহুন্দি, তুন ও সরিষা তেল দিয়া মাখ ।

নটে শাকের গোড়াও সিদ্ধ করিলে বেশ খাইতে লাগে ।

৯৭ । সজিনা উঁটাসিদ্ধ ।

প্রণালী।—কতি সজিনাউঁটা মধ্যমাঙ্গুলির সমান করিয়া কাটিয়া ভাল করিয়া আঁশ ছাড়াইয়া ফেল ; ধুইয়া সিদ্ধ করিতে দাও । ইহা সিদ্ধ হইতে পনের হইতে কুড়ি মিনিট পর্য্যন্ত সময় লাগিবে । ইহাতে তুন আর সরিষা তেল মাখিয়া খাইবে ।

গুণাগুণ।—শোভাজ্ঞানকলং স্বাহ কষায়ং ককপিভুত্বং ।

শূলকূষ্ঠক্ষয়শাস্তিগুহ্যকীপনং পরং ॥

সজিনার কল অর্থাৎ উঁটা স্বাহ, কষায়, ককর, পিত্তনাশক,

অতিশয় দীপন, এবং শূল, কুষ্ঠ, ক্ষয়, শ্বাস ও গুল্ম রোগের শান্তি-
কারক।

৯৮। নাউ ও কুমড়া শাক ভাজে।

প্রণালী।—নাউ শাক বা কুমড়া শাকের কচি ডগা আনিয়া,
একটি কাপড়ে বাঁধিয়া অথবা ছুতিনটা একত্র বাঁধিয়া ভাজে
ফেলিয়া দাও। তারপরে নামাইয়া তাহাতে তেল, হুন আর ইচ্ছা
হয়তো একটু কাঁচা লক্ষা মাখিয়া খাও।

গুণাগুণ।—কুম্ভাণ্ড নাড়িকা গুরুত্বী তথা চাম্বরীনাশিনী।

সম্ভারী মধুরা কক্ষা কচ্যা বাতকফাপহা ॥

(রাজবল্লভ)

কুমড়ার ডাঁটা গুরুপাক, পাথরী রোগ নাশক, ক্ষারযুক্ত, মধুর,
কক্ষ, কচিকর এবং বাত ও শ্লেষ্মানাশক।

অলাবু নাড়ীকা গুরুত্বী মধুরা মলভেদিনী ॥

(রাজবল্লভ)

নাউ ডাঁটা গুরুপাক, মধুর, ও মলভেদ কারক।

৯৯। মূলা সিদ্ধ।

প্রণালী।—কচি দেখিয়া মূলা আনিয়া, তাহার খোসা ছাড়ি-
ইয়া, খণ্ড খণ্ড করিয়া কাটিয়া জলে সিদ্ধ করিতে দাও;
তার পরে, তাহাতে হুন, সরিষা তেল ও একটু রাই বা শাদা
সরিষা বাটা মাখিয়া খাও।

খিচুড়ির সঙ্গে অন্যান্য ভাজেভাজের ত্রায় কাঁচা মূলা খোসা
ছাড়াইয়া খণ্ড খণ্ড করিয়া কাটিয়াও খাইতে পার।

গুণাগুণ ।—বালং দোষহরং ।

কচিমূলা ত্রিদোষ নাশক । (চরক)

স্নেহসিদ্ধং তদেব স্যাৎ দোষত্রয় বিনাশনম্ । (ভাবপ্রকাশ)

স্নেহ দ্রব্যে সিদ্ধ মূলাও ত্রিদোষ নাশক ।

১০০ । আমরুলশাক ভাতে ।

প্রণালী ।—আমরুলশাক আগে বাছিয়া ধুইয়া ফেল । একটি কাপড়ে পুঁটলি করিয়া বাঁধিয়া, ভাতের ভিতরে এইগুলি ফেলিয়া দাও । তার পরে বাহির করিয়া কাপড় হইতে একটি পাত্রে রাখিয়া, সরিষা তেল আর নুন মাখিয়া থাও ; শুধু নুন দিয়া থাইলেও হয় ; ইহা ভাতে না দিয়া সিদ্ধ করিলেও হয় ।

গুণাগুণ ।—আমরুলশাক আমাশয় রোগে বড় উপকারী ।

১০১ । আমরুলশাক পোড়া ।

প্রণালী ।—আমরুলশাক গুলি বাছিয়া ধুইয়া একটি কলাপাতাতে রাখিয়া, কলাপাতা ভাল করিয়া বাঁধিয়া ফেল ; গরম ছাইয়ের ভিতরে নরম আঁচে পোড়াইতে দাও ; মিনিট সাত আটের ভিতরে হইয়া যাইবে ।

কলাপাতা খুলিয়া শাকগুলি বাহির করিয়া একটি বাসনে রাখ । একটু জল শাকে মিশাইয়া, শাকগুলি ভাঙ্গিয়া ভাঙ্গিয়া লও । এইবারে একটি পাতলা কাপড়ে করিয়া ছাঁকিয়া লও । ইহার রসে একটু নুন মিশাইয়া ভাতের আগে থাইয়া তার পরে ভাত খাইবে ।

গুণাগুণ ।—ইহাতে পেট ঠাণ্ডা করে । আমাশয় রোগে এই রূপে থাইতে দেওয়া হয় ।

দীপনী চোম্ববীর্ণ্য চ গ্রাহী কফমাক্তে ।

প্রশস্যতেহ্নচাঙ্গেরী গ্রহণ্যশৌহিত্য চ সা ॥ (চরক)

আমকলশাক অগ্ন্যাদীপক, উষ্ণবীৰ্য্য, সংগ্রাহী, কফ ও বায়ু প্রকোপে প্রশস্ত এবং গ্রহণী ও অর্শ রোগে বিশেষ হিতকর ।

১০২ । উচ্ছে ও করোলা ভাতে ।

প্রণালী ।—উচ্ছে যখন পাঁচ ছয়টা ভাতে দিতে হইবে তখন একত্র সবগুলি তাহার বোঁটায় বোঁটায় বাঁধিয়া ভাতে ফেলিয়া দিবে; অথবা একটি কাপড়ে পুটলি করিয়া ভাতে ফেলিয়া দিবে । একটি কাঠিতে সবগুলি বিবিয়াও ভাতে সিদ্ধ করিতে দিতে পার । এই রকম উপায়ে না দিলে ভাতের মধ্যে কেবল খুঁজিয়া বেড়াইতে হয় । জলে সিদ্ধ করিতে দিলে, যেমন ইচ্ছা করিতে পার ।

নুন আর সরিষা তেল দিয়া উচ্ছেভাতে মাখিবে । আসানে এ সকলের উপরে আবার একটু ক্ষারনি মাখিয়া থায় ।

উচ্ছের বড় ভাই করোলা । করোলা ভাতে অথবা সিদ্ধ করিয়া উচ্ছেরই মতন করিয়া মাখিতে হইবে ।

১০৩ । উচ্ছে আলু ভাতে ।

উপকরণ ।—ছোট ছোট উচ্ছে ছয় সাতটি, আলু দুইটি, ছোট দিশি পেঁয়াজ দুইটি, নুন প্রায় সিকি তোলা, সরিষা তেল পোন কাঁচা ।

প্রণালী ।—উচ্ছে ও আলু, ভাতের মধ্যে সিদ্ধ করিতে দাও বা জলে সিদ্ধ করিতে দাও । পেঁয়াজ ছুট পাতলা করিয়া ঢাকা ঢাকা করিয়া কাট; তার পরে আলু, উচ্ছে, তেল, নুন ও পেঁয়াজ একত্র মাখ ।

গুণাগুণ।—কারবেলমবৃষ্যক রোচনং কফপিত্তজিৎ। (রাজবল্লভ)
করোলা বা উচ্ছে ধাতু পুষ্টিকর নহে কিন্তু কচিকর এবং কফ
ও পিত্তনাশক।

১০৪। পাকা উচ্ছে পোড়া।

প্রণালী।—পাকা লাল উচ্ছে পোড়াইয়া থাইতেই ভাল;
পুড়িলে পর তেল, হুন মাখিয়া খাও।

১০৫। কাঁচকলা ভাতে।

প্রণালী।—কাঁচকলার সবুজ খোসা পরিষ্কার করিয়া ছাড়াইয়া,
মোটা চালের ভাতে সিদ্ধ করিতে ফেলিয়া দিবে। ইহা সরিষা
তেল, হুন, কাঁচালক্ষা ও একটু নেবুর রস মাখিয়া খাইবে।

গুণাগুণ।—কাঁচকলাভাতে লঘু, ধারক ও পুষ্টিকর।

১০৬। ট্যাডুস সিদ্ধ।

প্রণালী।—চোদ্দ পনেরটি ট্যাডুস জলে সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া
দাও; আধ ঘণ্টা ধরিয়া সিদ্ধ হইলে নামাও। এইবারে আধ
কাঁচা বি চড়াইয়া সিদ্ধ ট্যাডুসগুলি তাহাতে ফেলিয়া দাও;
এক চুটকি ভর হুন দাও, মিনিট পাঁচ সাত নাড়িয়া চাড়িয়া
নামাইয়া রাখ।

ভোজন বিধি।—ইহা খিচুড়ি ফেন্সাত্ত এবং মাংসের রোষ্টের
সঙ্গেও খাইয়া থাকে।

১০৭। ট্যাডুস ভাতে।

কচি ট্যাডুস শুধু জলে অথবা ভাতেও সিদ্ধ করিয়া শুদ্ধ অথবা
তেল হুন মাখিয়া ফেন্সাত্ত প্রভৃতির সহিত খাও।

গুণাগুণ ।—ডিগ্ভিশো কচিকুদ্ভেদী পিত্তশ্লেষ্মাপহঃ স্মৃতঃ ।

সুশীতো বাতলো রুক্ষো মূত্রলচাশ্রয়ীহরঃ ॥

(ভাবপ্রকাশ)

চাঁড়শ কচিকর, ভেদী, পিত্ত শ্লেষ্মা নাশক, সুশীতল, বাতল, রুক্ষ, মূত্রকর ও পাথরী রোগের বিশেষ শাস্তিকারক ।

১০৮ । গিমিশাক পোড়া ।

প্রণালী ।—গিমি শাক একটা কলাপাতার ভিতরে দিয়া পুড়াইয়া, তার পরে একটি পেঁয়াজ কুচি ও নুন মাখিয়া খাইলে ভাল ।

গুণাগুণ ।—গিমিশাক পোড়া পুরাতন উদরাময় রোগে প্রশস্ত ।

১০৯ । গিমিশাক ভাতে ।

প্রণালী ।—গিমিশাক এক ছটাক বাছিয়া ধুইয়া জল দিয়া সিদ্ধ করিতে দাও ; সিদ্ধ হইলে পর, হাত দিয়া চটকাইয়া মাখ ; শাক বেশ নরম হইয়া গেলে, তাহাতে এক কাঁচা তেল আর সিকি তোলাটুক নুন মাখিয়া খাইতে দাও ।

বসন্তকালে গিমিশাক বড় উপকারী ।

গুণাগুণ ।—গ্রীষ্মসুন্দরকান্তিকো রোচনঃ কফবাতনুৎ ।

লঘুর্দোষহরঃ প্রোক্তো বাত সাধারণোমতঃ ॥

(রাজবল্লভ)

গিমিশাক তিক্ত, কচিকর, কফবাত নাশক, লঘু এবং ত্রিদোষের শমতাকারক ।

১১০ । কচি চালতা ভাতে ।

উপকরণ ।—কচি চালতা একটি, সরিষা তেল দেড় তোলা,

সরিষা বাটা আধ তোলা, হুন আধ তোলাটাক, কাঁচা লঙ্কা ছইটি।

প্রণালী।—কচি দেখিয়া চালতা আনিয়া, উপরের ছ একটি বাক্লা খুলিয়া ভিতরের যে কয়টা শাদা আর কচি পাপড়ি থাকিবে, সেইগুলি লও ; আস্ত পাপড়ি হইতে আঁশ ছাড়াইয়া ফেল, তার পরে ছ একবার ছেঁচিয়া ভাতে ফেলিয়া দাও । সিদ্ধ হইয়া গেলে, হাতে করিয়া খুব কচলাইয়া মাখ ; তার পরে ইহাতে হুন, তেল, লঙ্কা ও সরিষা বাটাটুকু মাখ ।

গুণাগুণ ।—কলমামস্থ বিষ্টম্ভি কক্ষং পিত্তকফাশ্রজিৎ ।

(ভাবপ্রকাশ)

কাঁচা চালতা বিষ্টম্ভকারক, কক্ষ, পিত্তনাশক, কফ ও রক্তজ রোগের শাস্তিকারক ।

১১১। পাকাচালতা ভাতে ।

উপকরণ।—একটা পাকা চালতা, এক কাঁচা সরিষা তেল, হুন আধ তোলা, চিনি আধ তোলা, কাল কাঁচা লঙ্কা একটি, জিরা ছআনি পরিমাণ, পাঁচ ফোড়ন ছআনি পরিমাণ ।

প্রণালী।—পাকা চালতা আনিয়া তাহার পাপড়িগুলি খুলিয়া ফেল ; ছটি কি তিনটি পাপড়ি লও ; প্রত্যেক পাপড়ি ছই কি তিন ভাগে লম্বাদিকে কাটা । প্রথমে চালতা গুলির ভিতরের আঁশ ছাড়াও, তার পরে থোসা ছাড়াইয়া ফেল । ধুইয়া, শিলের উপরে রাখিয়া নোড়া দিয়া ছেঁচ ; এইবারে ইহা ভাতের ভিতরে ফেলিয়া দাও অথবা জলে একমুঠা খানেক চাল দিয়া হাঁড়ি করিয়া সিদ্ধ করিতে দাও । ইহা সিদ্ধ হইতে কুড়ি হইতে ত্রিশ মিনিট পর্য্যন্ত লাগিবে ।

জিরা ও পাঁচফোড়নগুলি কাঠখোলায় (গুক্রা হাঁড়িতে) চম্কা-
ইয়া অর্থাৎ একটু ভাজিয়া শুঁড়া করিয়া লও।

সিদ্ধ চালতাতে, হুন, তেল, কাঁচা লঙ্কা মাখিয়া, তার পরে
ভাজা শুঁড়া মসলাগুলি মাখ। যে মিষ্টি ভালবাসে সে চিনি-
টুকু মিশাইয়া লইতে পারে। পাকা চালতাভাতে এই রকম
করিয়া মাখিয়া, তাহাতে একটু চিনি মাখিলে খাইতে বেশ লাগে।
গুণাগুণ।—তৎপকং মধুরং বিন্ধং শ্লেষ্মলং শীতলং শুক্ল।

(ভাবপ্রকাশ)

পাকা চালতা মধুর, বিন্ধ শ্লেষ্মল, শীতল ও শুক্ল।

১১২। জলপাই ভাতে।

উপকরণ।—জলপাই ছয়টি, সরিষা তেল পোন কাঁচা, হুন
সিকি তোলা, কাঁচা লঙ্কা দুই একটি।

প্রণালী।—জলপাইগুলি জলে সিদ্ধ করিয়া লও অথবা একটি
কাপড়ে বাঁধিয়া ভাতের ভিতরে ফেলিয়া দাও। ইহা সিদ্ধ হইতে
পনের হইতে কুড়ি মিনিট পর্য্যন্ত লাগিবে।

তার পরে হুন, তেল, কাঁচা লঙ্কা মাখিয়া খাও।

১১৩। কচি কচুপাতা পোড়া।

উপকরণ।—কচি কচুপাতা চার পাঁচটি, ধনেশাক আধ
ছটাক, কচি নটেশাক আধ ছটাক, কাঁচা লঙ্কা চারিটি, সরিষা
তেল এক কাঁচা, হুন আধ তোলা, নেবু একটি।

প্রণালী।—যোলাকচুর চার পাঁচটি কচি পাতা (অর্থাৎ যে
পাতার মুখ খোলে নাই তবে মাত্র খুলিবার জন্য জড়াইয়া জড়া-
ইয়া উঠিয়াছে) তাঁটা শুক্ক কাটিয়া লইয়া আসিবে। সবগুলি

একত্র বাঁধ । আবার ইহার চারিধারে ধনেশাক (বাছিয়া), নটে-
শাক ও কাঁচা লঙ্কা রাখিয়া, একটি কলাপাতা জড়াইয়া ভাল করিয়া
বাঁধ ; গরম ছাইয়ের ভিতরে পুড়াইতে দাও । মিনিট দশ পনেরর
ভিতরে পুড়িয়া বেশ নরম হইয়া যাইবে । তার পরে কলাপাতা
খুলিয়া, শাকগুলি বাহির করিয়া একটি পাত্রে রাখ । হাত দিয়া
সব একত্র মাখ । ইহাতে মুন, তেল এবং নেবুর রস মাখিয়া
থাইতে দাও । বেশ লাগে ।

নেবুর রস না দিলেও হয় ।

১১৪ । চুকাপালম সিদ্ধ ।

প্রণালী ।—চুকা পালম সিদ্ধ করিয়া ও তাহাতে তেল, মুন ও
লঙ্কা মাখিয়া থাইতে বেশ লাগে ।

১১৫ । চুকাপালম পোড়া ।

উপকরণ ।—চুকা পালম এক আঁটি (প্রায় এক ছটাক), তেল
দেড় তোলা, মুন আধ তোলা, হিং তিন চার রতি, কাঁচা
লঙ্কা দুইটি ।

প্রণালী ।—চুকাপালম বাছিয়া ধুইয়া, জল ঝরাইয়া ফেল ।
ইহাতে তেল মাখ আর কাঁচা লঙ্কা দুইটি ও হিংটুকু রাখিয়া একটি
কলাপাতা জড়াইয়া ভাল করিয়া বাঁধ ।

উনানের উপরে একটি তাওয়া চড়াইয়া, এইটি তাওয়ার উপরে
রাখ ; একাদিক পোড়া-পোড়া হইলে আর এক দিক উল্টাইয়া
দিবে । মিনিট সাত আটের ভিতরে, শাক সিদ্ধ হইয়া যাইবে ।
তার পরে কলাপাতা খুলিয়া শাকটা একটি পাত্রে রাখিয়া একটু

হুন দিয়া মাখ। ইহা বেশ দ্রব্য অল্প কাল চাটনিয় মত খাইতে লাগে। শুধু চুকাপালম ও কলাপাতা জড়াইয়া পুড়াইতে পার।

গুণাগুণ।—চুক্রা ত্বন্নতরা স্বাদী বাতঘ্নী কফপিত্তকৃৎ।

কৃত্যা লঘুতরা পাকে বৃষ্টাকেনাতিবোচনী ॥

(ভাবপ্রকাশ)

চুকাপালম অতিশয় অন্ন, স্বাদু, বাতনাশক, কফজনক, পিত্ত-কারী, রুচিকর, ও লঘু। বেগুনের সহিত খাইলে ইহা অতিশয় রুচিকর হয়।

১১৬। কাঠালবীচি পোড়া।

প্রণালী।—পাকা কাঁঠালের বীচি বাহির করিয়া ধুইয়া রৌদ্রে শুকাইতে দিবে। তার পরে কাঠের আগুনে বা তুঁঘের আগুনে, কিম্বা কাঠ কয়লার আগুনে অথবা কয়লার গরম ছাইয়ের ভিতরে কাঁঠালবিচির মধ্যখানে একটু চিরিয়া অথবা ফাটাইয়া পুড়াইতে দিবে; মধ্যখানে এই রকম চিরিয়া বা ফাটাইয়া না দিলে আগুনে ফট্ করিয়া উঠে। ইহা পুড়িতে প্রায় পনের হইতে কড়ি মিনিট পর্য্যন্ত সময় লাগে। তার পরে আগুনের ভিতর হইতে একটা চিম্টা করিয়া কাঁঠালবিচি বাহির করিয়া আনিবে, এবং হাতের তেলো দিয়া উহার উপর মারিবে; যদি ভিতর শুদ্ধ পুড়িয়া যায়, তাহা হইলে তখন ফাটিয়া যাইবে; না পুড়িলে ফাটিবে না, তখন বুঝিয়া আবার আগুনে ফেলিয়া দিবে। ইহা শুধু খাইতেই ভাল লাগে।

গুণাগুণ।—পনসোদুতবীজানি বৃষ্যাণি মধুরাণি চ।

শুক্রাণি বদ্ধবর্জাসি স্ফটমূত্রাণি সংবদেৎ ॥

কাঁঠালবীচি বৃষা অর্থাৎ পুষ্টিকর, মধুর, গুরু, মলবদ্ধকর ও মূত্রকারক।

১১৭। কাঁঠালবীচি সিদ্ধ।

প্রণালী।—কাঁঠালবীচি সিদ্ধ বা ভাতে দিতে হইলে, তাহার শাদা এবং লাল খোসা ছাড়াইয়া তবে দিবে। তার পরে সিদ্ধ হইলে হুন, তেল মাখিয়া খাইবে।

১১৮। ওলের ভর্তা।

উপকরণ।—ওল এক পোয়া, সরিষা আধ তোলাটাক, গুড়া লঙ্কা তিনটা, সরিষা তেল এক কাঁচা, হুন আধ তোলা, একটি রসাল পাতিনেবু বা কাগজিনেবু।

প্রণালী।—ওলের খোসা ছাড়াইয়া, খণ্ড খণ্ড বানাইয়া জলে সিদ্ধ করিতে দাও ; সিদ্ধ হইলে নামাও ; প্রায় কুড়ি হইতে পঁচিশ মিনিট পর্য্যন্ত সময় লাগিবে। এখন আধ তোলাটাক সরিষা ও তিনটি গুড়া লঙ্কা পিষিয়া লও ; ইহার উপরেই সিদ্ধ ওলগুলি রাখিয়া পেষ। ওল পেষা হইলে পর, একটি পাত্রে সব উঠাইয়া রাখ। এক কাঁচা সরিষার তেল ও আধতোলা হুন মাখ। তার পরে, একটি বেশ রসাল নেবুর রস দিয়া মাখিয়া খাইতে দাও। ইহা হুদিন বেশ থাকে। ইহাতে তিন চার কোয়া রহুন ও সিকি তোলা আদা পিষিয়া মাখিতেও পার।

গুণাগুণ।—শূরণো দীপনো রুক্ষঃ কষায়ঃ কণ্ডূকৃৎ কটুঃ।

বিষ্টভী বিশদো রুচ্যঃ কফার্শঃ কৃন্তনো লঘুঃ।

বিশেষাদর্শনে পথ্যঃ প্রীহা গুল্যবিনাশনঃ।

সর্ব্বেষাং কন্দশাকানাং শূরণঃ শ্রেষ্ঠ উচ্যতে ।

দধ্ৰুগাং রক্তপিত্তানাং কুষ্ঠানাং ন হিতো হি সঃ ॥

(ভাব প্রকাশ ।)

ওল দীপন, রুক্ষ, কষায়, কণ্ডুজনক, কটু, বিষ্টভ্ভকারক, বিশদ, কটিকর, লবু, কফঘ্ন, এবং প্লীহা ও গুল্ম রোগের বিনাশক। ইহা অর্শ রোগের প্রধান ঔষধ ও পথ্য। দধ্ৰু, রক্তপিত্ত ও কুষ্ঠ-রোগীর পক্ষে ওল হিতকর নয়।

১১৯। ওল পোড়া।

প্রণালী।—ওল মাটি দিয়া লেপিয়া পোড়াইবে, পরে তাহা সৈন্ধবহুন ও তৈল সহ মাখিয়া খাইলে অশ রোগ ভাল হয়।

১২০। মানকচু ভাতে।

উপকরণ—মানকচু একপোয়া, সরিষা বাঁটা এক তোলা, সরিষা তেল এক কাঁচা, কাঁচা লঙ্কা দুইটী, হুন প্রায় আধ তোলা, শুক্লা আমের শুঁড়া বা শুক্লা কুলের শুঁড়া সিকি তোলা।

প্রণালী।—ভাল মানকচুর খোসা ছাড়াইয়া, চার পাঁচ ভাগে কাট; সিদ্ধ করিতে দাও। সিদ্ধ হইতে প্রায় মিনিট কুড়ি সময় লাগিবে। তার পরে তাহার জল ঝরাইয়া চটকাইয়া লও। পরে কাঁচা লঙ্কা কুচি, সরিষা তেল, হুন, শুক্লা আমের শুঁড়া বা কুলের শুঁড়া দিয়া মাখ। কেহ কেহ ইহাতে নেবুর রস মাখেন।

ওলের ভর্ত্তার ন্যায় কচুর ভর্ত্তাও মাখিতে পার।

ওল অথবা কচু খাইয়া জল পাইতে নাই—মুখ ধরে বা চুলকায়া। মুখ ধরিলে, কোন প্রকার অন্ন খাইলেই সারিয়া যায় অথবা শুড়

খাইলেও যায়। আর বি মাথা ভাতে ওল ও কচু মাথা খাইতে নাই, মুখ কুট কুট করে। ভাত খাইবার প্রথমেই, শুধুভাত দিয়া ওল বা কচু মাথা খাইয়া, তার পরে অন্যান্য তরকারী দিয়া ভাত খাইলেই ভাল।

গুণাগুণ।—মানকঃ শোধরুচ্ছীতঃ পিত্তরক্তহরো লঘুঃ।

(ভাব প্রকাশ)

মানকচু শীতল, লঘু, এবং শোধ ও রক্তপিত্তের শাস্তিকারক।

১২১। পেরাজ পোড়া।

প্রণালী।—পেরাজ উনানের ভিতরে গরম ছাইয়ে ফেলিয়া দিয়া পোড়াও। উপরের খোসা পুড়িয়া গেলে পেরাজগুলি বাহির করিয়া ঠাণ্ডা হইতে দাও; তার পরে পোড়া খোসা উঠাইয়া ফেল। ইহার উপরে মাখম মায়া ঘি, একটু গোলমরিচের গুঁড়া আর একটু নুন ছড়াইয়া দিয়া খাইতে দাও।

গুণাগুণ।—পলাণ্ডু মধুরো বৃষাঃ কটুঃ স্নিগ্ধোহনিলাপহঃ।

বল্যঃ পিত্তাবিরোধীচ কফহৃৎপর্ণো গুরুঃ ॥

(রাজবল্লভ)

পেরাজ মধুর, বৃষা, কটু, স্নিগ্ধ, বায়ুনাশক, বলকর, পিত্তের অবিরোধী, কফনাশক এবং তৃপ্তিকর।

চরকের মতেও ইহা বলকর, আহার যোগ্য, কটিকর, ধাতু পুষ্টিকর, গুরু, ও বায়ুনাশক। অধিকন্তু চরক ও ভাবপ্রকাশ উভয়েরই মতে পেরাজ শ্লেষ্মল। রাজবল্লভ কিন্তু পেরাজের গুণ কফনাশক বলেন; বাহাই হউক এবিষয়ে রাজবল্লভের সহিত পার্থক্য মতের ঐক্য আছে দেখা যায়।

পাশ্চাত্য মতে পেঁয়াজ স্নায়বীয় দৌর্বল্যে বিশেষ হিতকর ইহা শীঘ্রই দুর্বল শরীরকে সবল করিয়া তুলে । কাস, ইন্ফ্লুয়েঞ্জা, প্রভৃতি শ্লেষ্মাজনিত রোগে এবং পাথরী, চর্মরোগ প্রভৃতি যকৃৎ দোষ জনিত রোগে পেঁয়াজ উপকারী । নিত্য পেঁয়াজ খাইলে গাত্র-বর্ণ সাদা ও উজ্জ্বল হয় । *

আমাদের দেশেও রং সাদকের জন্য অনেকে পেঁয়াজের রস খাইয়া থাকেন । পেঁয়াজ পোড়া কাঁচা পেঁয়াজ অপেক্ষা লঘু-তর । পেটের অস্থখে ছোট পেঁয়াজ পোড়া অনেকে খাইয়া থাকে, কিন্তু তাহা বি কিসা অন্য কোন মসলার সঙ্গে মাখিয়া খায় না, সকালে শুধুপেটে খাইয়া থাকে ।

হৃদয়ের সঙ্গে পেঁয়াজ বা রসুন খাওয়া আয়ুর্বেদে নিষিদ্ধ আছে । চরকে লিখিত আছে যে এইরূপ বিরুদ্ধ ভোজনে কুষ্ঠাদি রোগ পর্যন্তও হইতে পারে

১২২ । কাঁচকলা ভর্তা ।

উপকরণ।—কাঁচকলা আধ পোয়া, আধ তোলা আদা, কাঁচা লবঙ্গ একটি, পেঁয়াজ দুইটি, দুই প্রায় সিকি তোলা, তেল আধ তোলা কিছু বেশী ।

প্রণালী।—আধ পোয়া ওজনের কাঁচকলা লও । উনা-

* Onions are almost the best nervine known. This medicine is so useful in cases of nervous prostration, and there is nothing else that will so quickly relieve and tone up a worn out system. Onions are useful in all cases of coughs, colds, and influenza ; in consumption, insomnia, hydrophobia, scurvy, gravel and kindred liver complaints. Eaten every other day, they soon have a cleaning and whitening effect on the complexion. (Housekeeper)

নের নরম আঁচে খোসা শুদ্ধ কলা পোড়াইতে দাও ; কলার একদিক কাল হইয়া আসিলে, আর একদিক উঠাইয়া দিবে । ইহার খোসা পুড়িয়া কাল হইয়া আসিলেই যে পুড়িয়া সিদ্ধ হইয়াছে মনে করিবে, তাহা নয় ; পার ত আঙ্গুল দিয়া অথবা একটা কাঁটা বিঁধাইয়া দেখিবে, নরম হইয়া গিয়াছে কি না ; নরম হইলে উনান হঠতে উঠাইয়া ঠাণ্ডা করিতে দিবে । তার পরে ইহার খোসা ছাড়াইয়া ফেলিবে ।

পেঁয়াজ ছুটি সরু সরু চাকা চাকা করিয়া কাট । আদাটির খোসা চাঁচিয়া ছেঁচিয়া রাখ । কাঁচা লঙ্কাটি খুব কুচি কুচি কর । এইবারে কাঁচা লঙ্কা, কাটা পেঁয়াজ ও মুন দিয়া মাখ ; ইহাতে ছেঁচা আদার ছয় সাত ফোঁটা রস দিয়া মাখ । তার পরে খাইতে দাও ।

কাঁচকলা পুড়িতে প্রায় মিনিট পনের লাগিবে ।

১২৩। পটোল পোড়া ।

প্রণালী ।—পাঁচ ছয়টা পটোল উনানে গরম আঁচে পোড়াইতে দাও । তার পরে পোড়া খোসা যতদূর পার উঠাইয়া ফেল, যাহা না পার রাখিয়া দাও ।—পটোলের পোড়া খোসা একটু আধটু থাকিয়া যায় । ইহাতে আধ তোলাটাক খাঁটি সরিষা তেল বা মাখন মারা দি মাখ ; একটু মুন, একটি পেঁয়াজ কুঁচা, একটি কাঁচা লঙ্কা কুঁচা মাখিয়া থাও । শুধু মুন তেল মাখিয়াও থাওয়া যায় ।

গুণাগুণ ।—পটোলং পাচনং হৃদ্যং বৃষ্যং লঘুশ্লিষ্মদীপনং ।

স্নিগ্ধোষ্ণং হস্তি কাসাশ্রজরদোষত্রয়ক্ষমীন্ ॥

(ভাবপ্রকাশ)

পটোল পাচক, হৃদ্য, পুষ্টিকর, লঘু, অগ্নির উদ্বীপক, স্নিগ্ধ,

উষ্ণ, ত্রিদোষঘ্ন এবং কাস, রক্তরোগ, অর ও কুমির শান্তি কারক।

১২৪। হিঞ্জে শাক ভর্তা।

উপকরণ।—হিঞ্জে শাক এক কাঁচা, পেঁয়াজ দুই একটি, কাঁচা লঙ্কা একটি, মুন সিকি তোলাটাক, সরিষা তেল প্রায় আধ তোলা, জল আধ পোয়া।

প্রণালী।—হিঞ্জে শাকের শক্ত ডাঁটাগুলি বাদ দিয়া পাতাগুলি আর খুব কচি কচি ডাঁটাগুলি লও। ভাল করিয়া ধোও। আধ পোয়া জল দিয়া সিদ্ধ করিতে দাও। হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ; মিনিট পনের ধরিয়া সিদ্ধ হইলে, শাকের জল ঝরাইয়া শাকগুলি নিংড়াইয়া ফেল। একটি ছুরি দিয়া সিদ্ধ শাকগুলি কিমা অর্থাৎ খুব কুচি কুচি কর। পেঁয়াজ দুইটি, এবং কাঁচা লঙ্কাটিও কিমা কর।

শাকে মুন, কাঁচা লঙ্কা, পেঁয়াজকুচি ও সরিষা তেল মাখ।

গুণাগুণ।—হিলমোচী সরিষা তিল্লা কুষ্ঠগ্নী শ্লেষ্মপিত্তহ্নৎ।

(রাজ বসন্ত)

হিঞ্জেশাক সারক, তিক্তরস বিশিষ্ট, কুষ্ঠনাশক, এবং পিত্ত ও শ্লেষ্মা নাশক।

১২৫। আমলকী ভাতে।

প্রণালী।—আমলকীগুলি ধুইয়া মোটাচালের ভাতে সিদ্ধ করিতে ফেলিয়া দাও। তারপরে ভাত হইয়া গেলে, ভাত হইতে আমলকীগুলি বাহির করিয়া লইবে।

ইহাতে সরিষা তেল, মুন, কাঁচা লঙ্কা মাখিয়া খাও।

হবিষ্যের সময় ঘি ও মুন মাখিয়া খায়।

গুণাগুণ।—কষায়ান্না মধুরা শীতলা লঘুঃ দাহপিত্তবমিমেহ-
শোষণী রসায়নীচ। (রাজ নিষট্টু)

আমলকী কষায়, অন্ন, মধুর, শীতল, লঘু, রসায়ন এবং দাহ,
পিত্ত, বমি, মেহ ও শোষ নাশক।

১২৬। বিচেবড়ি সৈঁকা।

প্রণালী।—কুমড়াবিচির বড়িকে সাধারণতঃ বিচেবড়ি বলা
হয়। ইহা পুড়াইয়া খাইতে মন্দ লাগে না।

উনান হইতে এক একটা গরম অঙ্গার তুলিয়া, তাহার উপরে
বড়িগুলি পাতিয়া পাতিয়া দাও। এক পিঠ হইলে আবার
আর এক পিঠ উন্টাইয়া দিবে; লাল লাল হইয়া আসিলেই
নামাইয়া রাখিবে। উনানের উপরে, আগুনে দিয়াও পোড়াইতে
পার; ঘুঁটের আগুনে পোড়াইলেও বেশ হয়; উনানে তাওয়া
চড়াইয়া তাহার উপরে রাখিয়াও সৈঁকিতে পার। বিচেবড়ি
পুড়াইয়া মুন, সরিষা তেল ও কাঁচা লঙ্কা মাখিয়া খাইবে। ইহাতে
কাঁচা লঙ্কা না মাখিলেও চলে।

ভোজন বিধি।—বিচেবড়ি সৈঁকা পাস্তভাত এবং গরম ফেনসা-
ভাতের সহিত খাইতে ভাল লাগে।

১২৭। ডাল সৈঁকা।

উপকরণ।—ডাল এক ছটাক, মুন সিকি তোলা, গুরু লঙ্কা
একটি, সরিষা তেল এক কাঁচা, কাঁচা লঙ্কা দুইটি।

প্রণালী।—যে কোন রকমের ডাল আগে ঝাড়িয়া বাছিয়া,
ধুইয়া জলে ভিজাইতে দিবে। ভিজিলে পর শিলে পিষিয়া লইবে।
এই সঙ্গে ইহার সহিত একটি গুরু লঙ্কাও পিষিয়া লইবে। সিকি

তোলা মুন মিশাইয়া, তিন চারি বার ভালবাটা ফেটাইবে। এই ভালবাটা যেন পাতলা পাতলা না হয়, অপেক্ষাকৃত শক্ত শক্ত হওয়া চাই। ডাল বাটিবার সময় বেশী জল দিয়া না বাটিলেই শক্ত শক্ত হইবে। তার পরে একটি কলাপাতাতে জড়াইয়া, অথবা লাউ কি কুমড়া পাতাতে জড়াইয়া, উনানের নরম আঁচে পোড়াইতে দাও। একপিঠ পোড়া-পোড়া হইলে আর একপিঠ উন্টাইয়া দিবে। এখন ইহার উপরের পাতা খুলিয়া ফেল। হাত দিয়া মাখিতে গেলেই দেখিবে বেশ ঝুর ঝুরে হইয়া যাইতেছে; ইহাতে ইচ্ছামত আর একটু মুন, তেল ও কাঁচা লক্ষা মাখিয়া খাও। নেবুর রস মাখিলেও বেশ হয়।

ভোজন বিধি।—ডাল সেকা গরম গরম শুধু ভাত, পান্তভাত এবং ফেনসাতভাতের সহিত খাইতে ভাল লাগে।

১২৮। ধুঁছল পোড়া।

প্রণালী।—ধুঁছল পোড়াইয়া তাহাতে মুন, তেল মাখিয়া খাইতেও মন্দ লাগে না।

১২৯। শমার পাতা পাতপোড়া।

প্রণালী।—শমার পাতা পাতপোড়া করিয়া তেল মুন মাখিয়া খাবারের সময়, আগে বার দুই তিন খাইবে এবং ভাতের সঙ্গে গ্রাসে গ্রাসে বার কয়েক খাইবে;—অকুচি ভাল হইবে।

১৩০। শিম ও বর্কটি ভাতে।

প্রণালী।—শিম ও বর্কটি ভাতে দিয়া মুন, তেল মাখিয়া খাও।

১৩১। কচি বেত ভাতে।

প্রণালী।—যেমন বাঁশের অঙ্কুরকে বাঁশের কোঁড় বলা হয় সেই রকম বেতের অঙ্কুরকে বেতের গাঁজ বলে। ইহা বর্ষাকালে পাওয়া যায়।

বেতের কচি লম্বা কাটি অথবা বেতের গাঁজ আনিয়া তাহার উপরের পাতা খুলিয়া ফেল এবং ভিতরের কচি দাগি বা শাঁসটা লইয়া, আধবিঘৎ লম্বা করিয়া কাট। এখন একেবারে পাঁচ ছয়টা একত্রে আঁটি বঁধিয়া ভাতে ফেলিয়া দাও। তার পরে ভাত হইতে নামাইয়া তেল, মুন মাখিয়া খাও।

বেত ভাতে ধাইতে দ্রব তিত লাগে। ইহা পিত্ত প্রশমন-কারী। আসামে ইহা প্রচলিত খাদ্য।

১৩২। নারিকেল দিয়া কচু ও ওলের ভর্তা।

উপকরণ।—পোড়া কচু তিন কাঁচা, আদা সিকি তোলা, শুক্ল লম্বা তিন চারিটা, রসুন তিন চারি কোয়া, কাঁচা আম এক কাঁচা, সরিষা সিকি তোলা, নারিকেল এক কাঁচা, মুন সিকি তোলা।

প্রণালী।—একটি আস্ত কচু আনিয়া তাহার খোসা না ছাড়াইয়া, বড় বড় খণ্ডে বিভক্ত কর। ছই তিন খণ্ড ইহা হইতে লইয়া পুড়াইতে দাও। পোড়া কচুগুলি ওজনে তিন কাঁচাটাক হইবে। এইগুলি ছই উপায়ে পুড়াইতে পার: খণ্ড কচুগুলি এক নিবন্ত উনানের আগুনে ফেলিয়া পুড়াইতে পার অথবা কচুগুলির উপর খুব পুরু কাদা লেপিয়াও আগুনে পুড়াইতে পার; কাদা লেপিয়া পুড়াইতে দিলে, কচু পুড়িতে প্রায় ঘণ্টা দেড় সময় লাগে এবং শুধু পুড়াইতে দিলে প্রায় মিনিট কুড়ি সময় লাগে। কাঁটা বিধিয়া দেখিবে যে বেশ ভিতর পর্য্যন্ত সিদ্ধ হইয়াছে কিনা; না হইলে ফের আগুনে দিতে হইবে। কাদা লেপিয়া পুড়াইলেই দেখিয়াছি, অপেক্ষাকৃত আশ্বাদ ভাল হয়। কচুর পোড়া

খোসা প্রভৃতি ছুরি দ্বারা ছাড়াইয়া ফেল। এক্ষণে কচু, আদা, লঙ্কা, রসুন, আম, সরিষা, নারিকেল, এই সকল শিলে খুব মিহি করিয়া পেষ। সব একত্র মিশাইয়া, হুনটুকু মাখিয়া থাও। * কাঁচা আমের অভাবে নেবুর রস দিয়া মাখিলেও চলে।

ওলও এইরূপে পুড়াইয়া মাখিয়া থাইতে বেশ লাগিবে।

সচরাচর ওল ও কচু শুধু হুন ও তেল মাখিয়াই থাইয়া থাকে।

ভাজাভুজি।

প্রয়োজনীয় কথা।

উপকরণ।—ভাতে খাবার ভাজিভুজি নানা রকমের হয় এবং নানা প্রণালীতেও করা হইয়া থাকে। শাক সবজি প্রভৃতি শাদাশিরা রকমেও ভাজা যায় আবার নানাবিধ মসলা সংযোগেও ভাজা গিয়া থাকে। দেশী ভাজিভুজি বি কিষা তেলেই ভাজা হইয়া থাকে; দেশী রান্নায় সচরাচর চর্কির ব্যবহার নাই। অধিকাংশ জিনিশই ভাসা বি কিষা ভাসা তেলে অর্থাৎ বেশী পরিমাণে তেল তেলে ভাজিলেই ভাল হয়; অন্য তেলে ভাজিলে চিস্‌দে হইয়া যায় আর তেল-প্যাচগেচে হইয়া যায়। ভাজি মুচমুচে হইলেই থাইতে ভাল লাগে; ভাসা তেলে বা ঘিয়ে না ভাজিলেও ভাল-রকম মুচমুচে হয় না। ভাজিবার দ্রব্য সমস্ত একত্র গাদা করিয়া ঘিয়ে ছাড়িলে ভাল ভাজা হইবে না, জিনিশ খারাপ হইয়া যাইবে,

* 'কচু পোড়া' বিদ্রূপ বাক্য রূপে ব্যবহৃত হইলেও, আমরা সাহস পূর্বক বলিতে পারি যে, আমাদের নিরমোক্ত কচু পোড়া থাইলে পাঠক আর এইরূপ বিদ্রূপ বাক্য ব্যবহার করিতে কণন ইচ্ছা প্রকাশ করিবেন না।

তাই ভাজিবার পাত্র এবং তেল বা ঘিয়ের পরিমাণ বুঝিয়া ক্রমে ক্রমে ছাড়িতে হইবে। কতকগুলি ভাজা হইলে, সেই গুলি উঠাইয়া আবার অল্পগুলি ছাড়িবে। তেল বা ঘি আগুনে চড়াইয়াই তৎক্ষণাৎ যেন ভাজিবার জিনিশ ছাড়া না হয়। কিছু পরে (চড়াইবার মিনিট দুই তিন পরে) উহাদিগের কাঁচাটে ভাবটা গেলেই তবে ভাজিবার জিনিশ ছাড়িবে। তেলের ভাল রকম কেনা মরিয়া ধোঁয়া বাহির হইতে থাকিলেই, বুঝিবে যে উহা ভাজিবার জন্য উপযুক্ত হইয়াছে। তেল ঘিয়ের অপেক্ষা অধিকক্ষণ পুড়িলেও অর্থাৎ আগুনে চড়ান থাকিলেও কোন ক্ষতি নাই, কিন্তু ঘি বেশীক্ষণ পুড়িলে উহার গন্ধ খারাপ হইয়া যায়। এই জন্য প্রবাদ আছে যে “ঘি পুড়িলে তেলের বোই হবে তেল পুড়িলে ঘির বোই হবে।”

ভাজির রং।—ভাজির রং দেখিয়াই বুঝিতে হইবে যে ভাল ভাজা হইয়াছে কি না। কোন কোন জিনিশের সোনালী বা বাদামী রং দেখিয়াই ভাজিবার পাত্র হইতে তুলিয়া লওয়া হয় আবার কোন কোন জিনিশের আরেকটু কড়া তামাটে রং দেখিয়া তুলিতে হয়।

ভাজিবার পাত্র।—কড়া, তৈ, বিলাতী ফ্রাইপ্যান, প্রভৃতি ভাজিবার জন্য সুবিধাকর। যে পরিমাণ দ্রব্য সেই অনুসারে কড়া প্রভৃতিও ছোট বা বড় হইলে ভাল হয়। হাঁড়িতে যে ভাজা যায় না, তাহা নয়। হাঁড়ির ভিতরে অপেক্ষাকৃত অল্পকার হয়, আর ভাজা জিনিশ খুঁটি দ্বারা উণ্টাইয়া দিতে গেলে অনেক সময় হাঁড়ির গায়ে খুঁটির ঘন ঘন আঘাত লাগে।

আঁচ।—ভাজাভুজি ভাজিবার জন্য, সচরাচর মাঝারি আঁচ কিম্বা নরম আঁচই ভাল। খুব অল্প আঁচে ভাজিলে ঘি বা তেল

শীঘ্র কড়িয়া যায়, তাহা হইলেই ভাজার উপরিভাগটা শীঘ্র লাল হইয়া আসিবে অথচ ভিতরে কাঁচা থাকিবে। এই জন্য যে সকল জিনিষ খুব জলন্ত আঁচে ভাজিলে কাঁচা থাকিবার সম্ভব সে সকল জিনিষ মৃদু মৃদু আলে ভাজিলে, আন্তে আন্তে উপর হইতে ভিতর পর্য্যন্ত সমস্ত সিদ্ধ হইয়া যাইবে। এস্থলে যদি উনানে খুব জলন্ত আঁচ দেব বা তেল কড়া হইয়াছে দেখ, তাহা হইলে, উনানে একটু ছাই চাপা দিয়া ভাজিতে হইবে; কিম্বা কড়া নামাইয়া নামাইয়া ভাজিলেও চলিতে পারে। উনানে চড়াইলে পর, যখন দেখিবে খুব ধোঁয়া উঠিতেছে, তখন উনান হইতে কড়া নামাইয়া ফেলিবে এবং যাহা ভাজিবার জন্য কড়ায় ছাড়া হইয়াছে তাহা খুস্তি দিয়া নাড়িয়া নাড়িয়া দিবে। জলন্ত তাপটা মরিয়া গেলে, আবার কড়া চড়াইয়া দিবে।

ভোজন বিধি।—সাদা ভাত, পাস্ত ভাত, ফেনসা ভাত এবং রিচুড়ির সঙ্গেই শাকসবজি ভাজি, বড়া, ফুলুরি, প্রভৃতি অধিকাংশ ভাজি খাওয়া যায় এবং কোপ্তা, চপ প্রভৃতি শাদা ভাত, ধিচুড়ি ও পোলাওয়ের সঙ্গে সচরাচর খাইয়া থাকে। অনেক ভাজি আছে যাহা ভাতেও খাওয়া যায় আবার লুচির সঙ্গেও খাওয়া যায়; যেমন আলু ভাজি, পটল ভাজি ইত্যাদি। অনেক ভাজিভুজি আবার মাংসের সঙ্গেও খাওয়া চলে; যেমন কুর্কিট, হাঁস কাবাবের (ডাক রোস্ট) সঙ্গে আলু ভাজি প্রভৃতি দেওয়া হয়। ফরেটা, ফুলুরি, কোপ্তা ও চপ প্রভৃতি চা-পানেও বেশ চলিতে পারে। ভাজা জিনিশের অধিকাংশ গরম গরম খাইতেই মজা।

১৩৪। নারিকেল ভাজা।

প্রণালী।—একটি কুনা নারিকেলের উপরিস্থ ছোবড়া ছাড়াইয়া

আধখানা করিয়া ভাজ ; জল বাহির করিয়া ফেল। এখন এক-
খানি ছুরি বা কাটারি দিয়া নারিকেলের শাঁসের উপরে দাগ
দিয়া, তারপরে শাঁসের নীচের দিকে চাড় দাও, তাহা হইলেই
খুলিয়া যাইবে। এইবারে ছোট ছোট চৌক পাশার গঠনে কাট।
নারিকেলের পিছনের পাতলা খোসা ছাড়াইয়া কেলিলেও হয় অথবা
রাখিয়া দিলেও কোন ক্ষতি নাই। নারিকেল গুলিতে এক চুটকি
হুন আর এক চুটকি হলুদ বাটা মাখাও। হলুদ বাটা না মাখিতেও
পার।

আধ ছটাক নারিকেলের জন্ত এক ছটাক আন্দাজ সরিষা তেল
কড়ায় চড়াও। মিনিট তিন পরে, তেলের ধোঁয়া বাহির হইলে,
নারিকেল গুলি ছাড়। ঝাঁজরি বা খুস্তি দ্বারা নাড়িতে থাক।
তামাতে রং হইয়া আসিলেই নারিকেল গুলি ঝাঁজরি করিয়া
তেল হইতে তুলিয়া রাখিবে। নারিকেল ভাজা হইতে প্রায়
মিনিট তিন, সময় লাগিবে।

ভাত বা খিচুড়ির সঙ্গে কাঁচা নারিকেলও কাটিয়া দেওয়া হয়।

গুণাগুণ।—নারিকেল ভাজি সুস্বাদু কিন্তু সহজে জীর্ণ হয় না।

১৩৫। বড়িভাজা।

প্রণালী।—ভাজিবার জন্তই সচরাচর তিল দিয়া ছোট ছোট
বড়ি তৈয়ারী করা হয়। ইহার জন্যও ভাসা তেল চড়াইবে।
আধ ছটাক বড়ির জন্ত এক ছটাক আন্দাজ সরিষা তেল চড়া-
ইবে। তেল চড়াইবার মিনিট তিন চার পরে, তেলের কেনা
মরিয়া আসিলে কড়া নামাইয়া বড়িগুলি ছাড়িবে। তার পরেও আর
একবার কড়া উনানে চড়াইয়া দিবে। তেলের একটু বেশী ধোঁয়া

উঠিতেছে দেখিলেই, আবার নামাইয়া ফেলিবে, এবং ঝাঁজরি করিয়া ছাঁকিয়া উঠাইয়া ফেলিবে। বড়িগুলি বেশ লাগুচে ও মুচমুচে হইবে। বড়িগুলি ছাড়িয়া খুস্তি বা ঝাঁজরি দ্বারা নাড়িতে হইবে। বড়ি গুলি ভাজিতে প্রায় মিনিট চার পাঁচ সময় লাগে।

১৩৬। রাঙাআলু ভাজা।

উপকরণ।—রাঙাআলু আধপোয়া, তেল আধ পোয়া, মুন এক চুটকি, হলুদ এক চুটকি।

প্রণালী।—রাঙা আলুর খোসা ছাড়াইয়া, চাকা চাকা করিয়া কাটিয়া জলে ফেল। এক একটা চাকা প্রায় সিকি ইঞ্চি করিয়া পুঙ্ক হইবে। কচি রাঙা আলুর খোসা চাঁচিয়া লইলেও হয়। রাঙা আলু বানাইয়াই জলে ফেলিবে; জলে না ফেলিলে কাল হইয়া যায়। তার পরে জল হইতে উঠাইয়াই মুন, হলুদ মাখ। তেল চড়াও, তেলের ধোঁয়া উঠিলে আলু ছাড়। তিন চার মিনিটের মধ্যে, ভাজা হইয়া যাইবে।

১৩৭। কাঁচা ডেলো ভাজা।

উপকরণ।—কাঁচা ডেলো তিনটি, তেল এক হটাক, মুন এক চুটকি, হলুদ বাটা এক চুটকি।

প্রণালী।—ডেলোর খোসা ছাড়াইয়া চাকা চাকা করিয়া বানাও। ধুইয়া মুন, হলুদ মাখ।

তেল চড়াও, তেলের ধোঁয়া উঠিলে, ডেলো ছাড়; তিন চার মিনিটের মধ্যে ভাজা হইয়া যাইবে।

১৩৮। পাকা ডেলো ভাজা।

প্রণালী।—পাকা ডেলো আনিয়া, তাহার উপরের খোসা

ছাড়াইয়া পুক পুক চাকা চাকা কাট। খুইয়া হুন মাখিয়া ঘিরে ভাজ।

১৩৯। কাঁচকলা ভাজা।

প্রণালী।—কাঁচকলার সবুজ খোসা ভাল করিয়া ছাড়াইয়া ফেলিবে, তার পরে একটু মোটা মোটা চাকা করিয়া বানাইয়া জলে ফেলিবে। ভাল করিয়া রগড়াইয়া খুইয়া হুন, হলুদ মাখিয়া তেলে ভাজিবে।

রাঙা আলুর প্রণালীতে ইহাও ভাজিতে হইবে।

গুণাগুণ।—কাঁচকলা কষায়-গুণ যুক্ত এবং গ্রহণী ও আমাশয় রোগে হিতকর।

১৪০। আনারস ভাজা।

প্রণালী।—আনারস আনিয়া আগে তাহার খোসা ছাড়াও ; তারপরে তাহার চোক ঘেমন বাঁকাইয়া বাঁকাইয়া আছে সেই রকম বাঁকাইয়া কাটিবে। চোক কাটিয়া কেলিবার পর, আনারসটি ঘুরান জু'র ন্যায় অনেকটা দেখিতে হইবে। আনারসে দুই চুটকি হুন মাখিয়া খুইয়া ফেলিবে ; তার পরে লম্বাদিকে আধখানা করিয়া কাটিবে, ও ইহার বুকো বাহির করিয়া ফেলিবে। এইবারে দিকি ইঞ্চি পুরু করিয়া অঙ্কচক্রাকারে কাট। আবার দু'এক চুটকি হুন মাখ।

কলাইকরা পাत्रে বা মাটির পাत्रে তিন ছটাক ঘি চড়াও, ঘিরে তিনটি লঙ্গ ও দিকি তোলা দালচিনি ফেলিয়া দাগ দাও ; মিনিট তিন পরে দাগ দেওয়া হইলে, চার পাঁচখানি করিয়া আনারস ছাড়। যখন আনারসের খায়গুলো একটু লালচে হইয়া কুঁচকাইয়া

আসিবে, তখন ঘি হইতে সেগুলি উঠাইয়া আবার অন্য গুলা ছাড়িবে। ইহাতে চিনি মিশাইয়াও থাইতে পার।

১৪১। আলুর গিলে কোণ্ডা।

উপকরণ।—আলু আধপোয়া, শুক্লা লঙ্কা দুইটা, নারিকেল আধছটাক, আধা আধ তোলা, কাগজি নেবু একটা, গোলমরিচ শুঁড়া দু' আনি পরিমাণ, গরম মসলা শুঁড়া * এক চুটকি, ছোলার বেশন এক ছটাক, ঘি এক ছটাক, মুন আধ তোলায় কিছু বেশী।

প্রণালী।—খোসা শুদ্ধ আলুগুলা আঙুনে সিদ্ধ করিতে চড়াও। লঙ্কা, আদা, নারিকেল খুব মিহি করিয়া শিলে পিষিয়া লও; পিষিবার সময় একটু একটু জলের ছিটা দিয়া পিষিবে। এই-বারে পেবা মসলায়, কাগজি নেবুর রস, আধ তোলা মুন, গোল-মরিচ শুঁড়া ও গরম মসলা শুঁড়া মিশাইয়া লও। আধ ঘণ্টা ধরিয়া, আলুগুলা সিদ্ধ হইলে, আলুগুলায় খোসা হাতে করিয়া উঠাইয়া ফেল। সিদ্ধ আলু খুব চটকাইয়া, পেবা-মসলায় সঙ্গে একত্র মাখ। গিলের মত চেপটা গড়ন করিয়া এগারটা বারটা কোণ্ডা কর।

এক ছটাক ছোলার বেশনে, ছয়ানি পরিমাণ মুন মিশাইয়া জল দিয়া বেশনটাকে একটুকু ঘন করিয়া ফেটাও;—খুব পাতলা ঘেন না হয়। এখন গোলা বেশনে, কোণ্ডাগুলা বেশ পুরু করিয়া চারিদিকে মাখাইয়া রাখ।

এইবারে একটা ছোট কড়ায় সব ঘিটা চড়াও। মিনিট দুই তিন পরে ঘিয়ের কাঁচাটে ভাব যাইলে, এক একবারে দু' তিনটা

* দশটা লবঙ্গ, দুই তিনটা ছোট এলাচ, এক পিরা ডাল চিনি, এই হিসাবে লইয়া মিহি করিয়া শুঁড়াইয়া রাখিবে। ইহাই গরম মসলা শুঁড়া।

করিয়া কোণা ছাড়; খুঁতি দ্বারা উন্টাইয়া পাণ্টাইয়া দাও।
প্রত্যেক খোলা ভাজা হইতে মিনিট দুই লাগিবে।

ভোজন বিধি।—ইহা সাদা ভাত, পান্ত ভাত, খিচুড়ি, নোস্তা
পোলাওয়ের সঙ্গে খাও। লুচির সঙ্গেও খাইতে পার।

১৪২। পটোলের ফরেটা।

উপকরণ।—পটোল দশটা, খাদ্য ময়দা এক ছটাক, তেল
আধ ছটাক, লবঙ্গ এক ছটাক, দই আধ ছটাক, খোলা ছাড়ান
ইচড় বা মোচা এক পোয়া, জিরা সিকি তোলা, কাঁচা লঙ্কা চার
পাঁচটা, জায়ফল সিকিখানা, হুন ছয় আনা পরিমাণ, ঘি আধ পোয়া।

প্রণালী।—দশটা পটোলের খোসা একেবারে ছাড়াইয়া ফেল;
একটুও রাখিও না। পটোলগুলি আধখানা করিয়া চের এবং
বিচি বাহির করিয়া ফেল। একটি কড়াতে আধ ছটাক তেল
চড়াও। এই অল্প তেলে পটোলগুলি দুই কি তিন মিনিট কসিয়া,
পটোলের হালসেটে গন্ধ মারিয়া লইবে।

ইচড় বা মোচার খোলা ছাড়াইয়া কুটিয়া, আগে ভাপাইতে
দাও। সিদ্ধ হইতে মিনিট পনের কুড়ি লাগিবে। তার পরে
ইহার জল ঝরাইয়া বাঁটিয়া লও।

আধ ছটাক ঘি চড়াইয়া, ইচড় বা মোচা গুলি ভাজা ভাজা কর;
এই সময় ইহাতে হুন ও কাঁচা লঙ্কা কুচি ছাড়। হু তিনবার
নাড়িয়া নামাও। জিরাগুলি কাঁঠোলায় মিনিট দুই চমকাইয়া
শুঁড়া কর এবং মোচা বা ইচড়ে মিলাইয়া লও। ইহাই হইল পুর।

এইবারে প্রতি আধখানা পটোলের একটিতে, পুর পোর, এবং
আর আধখানা পটোল দিয়া ঢাকা দাও। এই রকম করিয়া দশ-

খানি পটোল সাজাইয়া রাখ। সুতা দিয়া বাঁধিবার আবশ্যক নাই।

এক ছটাক খাসা ময়দা, এক ছটাক শফেদা, এক কাঁচা ঘি আন। শফেদা আর ময়দা একত্রে মিশাও, ঘিটুকুর ময়দান দাও, দই মিশাও; ভাল করিয়া ফেটাইবার জন্য একতোলা দল মিশাও। যখন দেখিবে, গোলাটা বেশ হালকা হইয়া আসিয়াছে, তখন জায়-ফলের গুঁড়া ও এক চুটকি মুন মিশাইবে। এখন পটোলগুলি একটি একটি করিয়া, এই ময়দার গোলাতে ঢুকাও আর ঘিরে ভাজ। প্রত্যেক খোলা ভাজা হইতে মিনিট দুই তিন লাগিবে। ইহা গরম গরম খাইতে বেশ লাগে।

১৪৩। আলু পটোল ভাজা।

উপকরণ। পটোল ছয়টা, বড় আলু একটা (এক ছটাক), বড় পেরাজ একটা, কাঁচা লঙ্কা চারিটা, আদা এক তোলা, তেল এক ছটাক, মুন সিকি তোলা।

প্রণালী।—পটোলগুলির খোসা ছাড়ান, কিন্তু খোসাগুলি ফেলিয়া দিও না, খোসাগুলিও এই সঙ্গে ভাজিতে হইবে, পটোল-গুলি চিরিয়া, আগে বিচি বাহির করিয়া ফেল, তার পরে ইহা সুইস সুইস কাটি। পটোলের খোসা, লাস ও বিচি সব একত্রে রাখ। আলুটিরও খোসা ছাড়াইয়া সুইস সুইস কাটি। পেরাজ কুচি কর, আদা সরু সরু কুচি কর। কাঁচা লঙ্কা খুইয়া চিরিয়া রাখ। অস্ত্রান্ত তরকারীও আলাদা আলাদা খুইয়া রাখ।

কড়ার তেল চড়াও; তেলে লঙ্কা, আদা ও পেরাজ ছাড়। মিনিট চার পরে, পেরাজ অর্ধেক ভাজা ভাজা হইলে, আলু ছাড়। আলুও প্রায় ভাজা ভাজা হইলে (আলু ছাড়িবার মিনিট পাঁচ পরে)

পটোল ছাড়। হুন দাও। পটোল ছাড়িবার মিনিট চার পরে, যখন দেখিবে পটোল অনেকটা ভাজা হইয়া আসিয়াছে, তখন তিন কাঁচাটাক জল দাও। মিনিট হুয়ের অন্ত একটা থালা বা অল্প কোন পাত্র দিয়া কড়ার উপরে ঢাকা দাও। তার পরে জল মরিয়া যখন বেশ সবগুলি ভাজা ভাজা হইবে তখন নামাইবে। ইহা ভাজিতে প্রায় পনের মিনিট হইতে কুড়ি মিনিট পর্য্যন্ত সময় লাগিবে।

১৪৪। উচ্ছা ভাজা।

উপকরণ।—উচ্ছা (এক সমান দেখিয়া লইবে) কুড়িটা, হুন এক চুটকি, হলুদ বাঁটা এক চুটকি, তেল এক ছটাক।

প্রণালী।—ভাজিবার অল্প উচ্ছাগুলি এক সমান দেখিয়া লইবে। ঢাকা ঢাকা করিয়া বানাও এবং ধোও। হলুদ ও হুন-টুকু মাখিয়া লও।

কড়ায় তেল চড়াও। মিনিট তিন পরে তেলের খুব ধোঁয়া বাহির হইলে, উচ্ছাগুলি ছাড়িয়া দাও। পাঁচ ছয় মিনিটের মধ্যে, বেশ মুচমুচে ভাজা হইয়া যাইবে।

উচ্ছা ভাঙ্গা তেলে ভাজিলে, বেশ ভাল রকম ভাজা হয়, কিন্তু বাকী তেল তারপরে তিত হইয়া যায়, অল্প কোন তরকারী তাহাতে রাঁধা যায় না; যদি “শাক উচ্ছা” রাঁধ তবে সেই তেল কাজে লাগিয়া যাইবে, কিম্বা কোন তিত তরকারী রাঁধিবার সময়েও চলিয়া যাইতে পারে।

১৪৫। নটে শাক ভাজা।

উপকরণ।—নটে শাক আধ পোয়া, গুরা লকা জুইটা, সরিষা

হুআনি ভর, পাঁচ ফোড়ন হুআনি ভর, তেল এক ছটাক, হুন সিকি তোলা, জল এক নোট।

প্রণালী — নটেশাকগুলির ঘাস, পোকা পাতা ইত্যাদি বাহা থাকে, বাছিয়া অনেকবার জল বদলাইয়া আছড়াইয়া ধুইবে। শাকে বালি, চুল প্রায়ই থাকে।

কড়াতে তেল চড়াও; লঙ্কা, মরিষা ও পাঁচ ফোড়ন ছাড়; ফোড়ন হইয়া আসিলে, অর্থাৎ ফোড়নের চুড়চুড় শব্দ থামিয়া গেলে শাক ছাড়। নাড়িয়া চাড়িয়া হুন আর জল দাও। তার পরে ক্রমে জল মরিয়া গিয়া বেশ ভাজা ভাজা হইলে, তবে নামাইবে। ইহা ভাজিতে প্রায় মিনিট বার লাগিবে।

১৪৬। শাক উচ্ছা ভাজা।

প্রণালী।—শাক উচ্ছা ভাজা আর বিশেষ করিয়া লিখিতে হইবে না। তবে একটু লিখিবারও আছে।

উচ্ছা আগে ভাজিয়া উঠাইবে। যে তেল থাকিবে তাহাতেই আর একটু তেল ঢালিয়া (যদি কড়ায় কম তেল থাকে) ফোড়ন ছাড়িয়া, শাক ভাজা ভাজা করিবে। পরে বাসনে ঢালি দিবার সময় একত্র মিশাইয়া দিবে।

১৪৭। পটোল বিচির নোনা মালোয়া।

উপকরণ।—কুড়িটা বড় পাকা পটোলের বিচি, খাসা ময়দা তিন ছটাক, শকেদা তিন কাঁচা, দই তিন ছটাক, জল পাঁচ কাঁচা, আদা আধ তোলা, ঝাল কাঁচা লঙ্কা চার পাঁচটা, হুন আধ তোলার কিছু বেশী, ঘি আধ পোয়া।

প্রণালী।—টাটকা বড় দেখিয়া পাকা পটোল আনিয়া, তাহার

ভিতরের বিচিগুলি সব বাহির করিয়া লও । আদার খোসা ছাড়াইয়া কিমা কর, এবং কাঁচা লক্ষা করটীও কিমা করিয়া রাখ ।

একটি গাঢ় পাত্রে খাসা ময়দা, লক্ষেনা ও দই একত্র মিশাইয়া সাত আটবার ফেটাইয়া লও । উহাতে মুন, আদা কুচি, লক্ষা কুচি ও পটোলের বিচিগুলি মিশাও ; বেশী ঘন হইয়াছে দেখিলে, জল মিশাইয়া পাতলা কর, এবং আবার ফেটাও ; যখন দেখিবে বেশ হালকা হইয়া আসিয়াছে, তখন রাখিয়া দিবে ।

একটি তৈয়ে বা কড়ায় ঘি চড়াইয়া দাও ; দুই মিনিট পরে, ঘিরের ধোঁয়া বাহির হইলে, একটি বড় চামচ (ইহা মাঝারি চামচের দ্বিগুণ) বা হাতা করিয়া গোলা তুলিয়া ঘিরে ছাড় । ইহাতে সব শুদ্ধ প্রায় বোল সাতের খানা মালোয়া হইবে । এক এক খোলা ভাজিতে প্রায় তিন হইতে চারি মিনিট লাগিবে । মালোয়ার চারিধার লাল আর মুচ্মুচে হইয়া আসিয়াছে, আর দুই পিঠেরও অল্প লালচে রং হইয়া বেশ ভাজা হইয়া আসিয়াছে দেখিলে, নামাইবে । ঘি হইতে ঝাঁকরি করিয়া ছাঁকিয়া তুলিয়া রাখিবে ।

গরম গরম খাইলে খুব ভাল লাগিবে ।

ভোজন বিধি ।—ইহা গরম গরম ভাল ভাতের সঙ্গে খাইতে ভাল লাগে, এবং শুষ্ক খাইতেও মন্দ লাগে না ।

১৪৮ । পটোলের বিচি ভাজা ।

উপকরণ ।—দশটা পটোলের বিচি, শুক্ক লক্ষা একটি, সিকিতোলা হলুদ, দুটি পেঁয়াজ বাঁটা, তেল আধ ছটাক, পাঁচ কোড়ম হু আনি পরিমাণ, জল দুই তোলা, কাঁচা লক্ষা দুইটি, মুন সিকি তোলা ।

প্রণালী ।—দোণমা করিবার কালে পটোলের বিচিগুলি বাহির

করিয়া ফেলিয়া, পটোলের ভিতরে পুর পুরিয়া দিতে হয় ; এই বিচিগুলি ফেলিয়া না দিয়া ভাজিয়া খাইতে মন্দ লাগে না।

একটি গুরু লব্ধা, এক গিরা হলুদ, ও ছটি পেঁয়াজ মিহি করিয়া বাট। ইচ্ছা করিলে পেঁয়াজ না দিতেও পার। পটোলের বিচিগুলি বাটা মসলা এবং হুন দিয়া মাখ।

একটি কড়ার আধ ছটাক তেল চড়াও। তেল চড়াইবার মিনিট দুই তিন পরে, তেলের ফেনা মরিয়া গেলে, পাঁচকোড়ন ছাড়। পাঁচকোড়নের চট্ পট্ শব্দ থামিয়া গেলে, বিচিগুলি ছাড়িয়া দাও। প্রায় চার পাঁচ মিনিট ভাজ, তার পরে দুই তোলাটাক জল, ও দুইটি কাঁচা লব্ধা ভাজিয়া দাও ; জল মরিয়া গিয়া বেশ ভাজা ভাজা হইলে নামাও। ইহাতে প্রায় আট দশ মিনিট সময় লাগিবে।

এই পটোলের বিচিত্র ও উপরোক্ত প্রণালীতে মামোয়া গড়িলে ভাল হয়।

১৪২। শফেদি পটোল ভাজা।

উপকরণ।—পটোল দশটা, যি এক ছটাক, কাঁচা কাপড়িনেবু একটি, হুন দুই চুটকি, গরম মশলার গুঁড়া দুই চুটকি।

প্রণালী।—বেশ কচি খোলা-পুরু পটোল আনিবে ; পটোল-গুলির ভালরূপ খোলা ছাড়াইয়া আধখানা করিয়া চিরিবে এবং ধুইয়া রাখিবে ; এক চুটকি হুনও মাখাইয়া রাখিবে।

উনানের আঁচ নরম করিয়া ফেল। একটি কড়ায় এক ছটাক যি চড়াও ; মিনিট দুই পরে বিয়ের ধোঁয়া বাহির হইলে, পটোল-গুলি ছাড়। পটোলগুলি শাদা শাদা করিয়া ভাজিতে হইবে অর্থাৎ ইহার রং লালচে হইবে না। পটোল ছাড়িয়া মাঝে মাঝে

উন্টাইয়া পাণ্টাইয়া দিবে। এই রকম আন্তে আন্তে ভাজিতে প্রায় ছয় সাত মিনিট লাগিবে।

এইবারে একটী কাঁচা কাগজি নেবুর (রসযুক্ত নেবু না পাইলে কড়ুই নেবু অর্থাৎ কাঁচা কচি নেবুতেই চলিবে) খোসায় একটু হুন লাগাইয়া, খোসায় দিকটা একটি ভাত খাইবার পাখরের পাত্রে ঘষ'; ক্রমে হুন গলিয়া গেলে, সেই হুনে পটোলগুলি মাখিয়া লও। নেবুর রসটাও দাও, আর দুই চুটকি গরম মশলার গুঁড়া ছড়াইয়া দাও।

এই পটোল ভাজি বড় রুচিকর; ইহা রোগীর পথ্য স্বরূপেও ব্যবহৃত হইতে পারে।

ভোজন বিধি।—ইহা লুচি, ভাত ছয়েতেই খাওয়া যায়।

১৫০। পটোল ভাজা।

প্রণালী।—দশটা পটোলর খোসা, বাধাইয়া ছাড়াইতে হইবে অর্থাৎ পটোলগুলির গায়ে খানিকটা করিয়া খোসা রাখিতে হইবে আর খানিকটা ছাড়াইতে হইবে। তার পরে পটোলগুলি অর্ধেক করিয়া চিরিবে, কিন্তু একেবারে বিখণ্ডিত যেন না হয়। পটোলগুলি খুইয়া এক চুটকি হুন ও এক চুটকি হলুদ বাঁটা মাখিয়া রাখ। এক ছটাক তেল চড়াও; মিনিট তিন পরে, তেলের খুব ধোঁয়া বাহির হইলে, পটোল ছাড়িবে। তিন চার মিনিটের মধ্যে, ভাজা হইয়া যাইবে। ইহার রং সবুজ সবুজ অথচ লাল্চে লাল্চে হইবে।

১৫১। খইয়ের বড়া।

উপকরণ।—খই আধ পায়াল, নারিকেল পাঁচ কাঁচা (এক-

মালা), শফেদা আধ ছটাক, কাঁচা লঙ্কা চারিটী, হুন ছয় আনা ভর, ঘি আধ পোয়া, জল পাঁচ ছটাক ।

প্রণালী।—খইগুলি আগে কুলায় পাছড়াইয়া, ধানাদি বাছিয়া কেল; তারপরে জল দিয়া ক্রমে ক্রমে চটকাইয়া মাখ। হাত দিয়া চটকাইয়া চটকাইয়া, যখন দেখিবে খইগুলি সব জল থাইয়া ফেলিয়াছে আর বেশ নরম হইয়া মিশিয়া গিয়াছে, তখন বাটা বা কোরা নারিকেল এবঁ শফেদা মিশাইবে; সবশেষে হুন আর কাঁচা লঙ্কা বাটা মাখিয়া, গিলার মত চেপটা গঠন করিয়া সাতাইশ আটাইশটা বড়া গড় ।

কড়ায় বা তৈয়ে আধ পোয়া ঘি চড়াইয়া, একবারে তিনটে কি চারিটা করিয়া ভাজ। একপিঠ বেশ লাল হইয়া আসিলে আর এক পিঠ উন্টাইয়া দিবে। এক এক খোলা ভাজিতে মিনিট তিন সময় লাগিতে পারে ।

কড়া নামাইয়া নামাইয়া, ভাজিতে হইবে। কিন্তু উনানের উপরে যখন ঘি বেশ গরম হইয়া উঠিবে, তখন কড়াতে বড়া ছাড়িতে হইবে; কিন্তু বড়া ছাড়িবার কালে উনানের উপর হইতে কড়া নামাইবে না; কড়া নামাইয়া বড়া ছাড়িলে বড়ার ধার একটু একটু ছাড়িয়া যাইবে।

১৫২।—কচুর বড়া ।

উপকরণ।—আধসের মানকচু, শফেদা আধ পোয়া, কাঁচা লঙ্কা চারিটা, আদা এক তোলা, জল এক ছটাক, হুন দিকি তোলা, তেল বা ঘি আধ পোয়া ।

প্রণালী।—কচুর খোসা ছাড়াইয়া কচুগুলি সিদ্ধ কর। ইহা

সিদ্ধ হইতে মিনিট দশ, পনের লাগিবে। তার পরে বাঁটিয়া লও। এক ছটাক জলে শফেদা গুলিয়া কচুর সহিত মাথ; আদা, কাঁচা-লক্ষা কুঁচি এবং হুন মাথিয়া তিন চারবার ফেটাইয়া লও। তার পরে তেল বা ঘি চড়াইয়া ফুলুরির মত করিয়া ভাজ। এক এক খোলা ভাজিতে মিনিট দুই তিন লাগিবে।

১৫৩। কাঁকুড় ভাজা।

উপকরণ।—কাঁকুড় সিকিখানা, বেশন বড় দুই চামচ, শফেদা এক তোলা, হুন সিকি তোলা, গুড়া লক্ষা একটি, জল চারি তোলা, ঘি আধপোয়া।

প্রণালী।—কাঁকুড়ের খোসা ছাড়াইয়া, অঙ্গুলির সমান লম্বা এবং সিকি ইঞ্চি পুরু করিয়া বানাও। ধুইয়া ফেল।

একটি পাত্রে বেশন ও শফেদাতে চারি তোলা জল দিয়া গোল; হুন আর লক্ষা বাঁটা মিশাও। প্রায় তিন মিনিট কাল ইহা ফেটাইবে। কাঁকুড়গুলি এই গোলাতে মাথিয়া রাখিয়া দাও।

একটি কড়াতে আধপোয়া ঘি বা তেল চড়াও। একখানি চামচে করিয়া এক এক ফালি কাঁকুড়, অন্ন বেশন-গোলাগুচ্ছ উঠাইয়া, ঘিরে ছাড়িয়া দাও। এক একবারে চার পাঁচখানি করিয়া দিতে পারা যায়। লাল মুচমুচে করিয়া ভাজা হইলে, নামাইবে।

ইহা তেলেও ভাজিতে পারা যায়, তবে ঘিরে ভাজিলে, ইহার স্বগন্ধ আর একটু যেন বেশী হয়।

কাঁকুড় শুধু ভাজিলেও বেশ খাইতে লাগে। কাঁকুড় ভাজা খাইতে বেশ বালি বালি মোলারেম লাগে।

গরম গরম খাইতে দিবে।

১৫৪। তিলে নারিকেল বড়া।

উপকরণ।—ঝুনো নারিকেলের শাঁস আধ পোয়া, তিল আধ ছটাক, শকেদা আধ তোলা, মুন সিকি তোলা, একটি শুক্ল। লব্ধা বাটা, ঘি এক ছটাক।

প্রণালী।—নারিকেল মিহি করিয়া বাট। একটি বাটাতে জল রাখিয়া তিলগুলি ছাঁকিয়া ছাঁকিয়া, ধুইয়া উঠাও, মিহি করিয়া বাট। এইবারে নারিকেল বাটা, তিল বাটা, শকেদা, মুন এবং শুক্ল। লব্ধা বাটা একত্রে মিশাইয়া, সাত আটবার কেটাইয়া রাখ। পনের বোল খানি বড়া কর।

একটি কড়াতে ঘি চড়াও ; ঘিের ফেনা মরিয়া গেলে, এক একবারে তিন চারখানা করিয়া ফেলিয়া ভাজ। বেশ মুচমুচে হয়।

১৫৫। নারিকেলের বড়া।

উপকরণ।—আতপচাল এক ছটাক, নারিকেল কোরা এক ছটাক, এক আনি-ভর গোলমরিচের গুঁড়া, দুআনি-ভর শুক্ল লব্ধার গুঁড়া, মুন এক চুটকি, তিল আধ কাঁচা, তেল এক ছটাক।

প্রণালী।—চালগুলি বাছিয়া ধুইয়া ভিজাইতে দাও। আধ ঘণ্টার মধ্যেই ভিজিয়া যাইবে ; তার পরে শিলে মিহি করিয়া গিরিয়া লও। তিলগুলি বাছিয়া ধুইয়া লও।

চাল বাটাতে নারিকেল কোরা, গোলমরিচ গুঁড়া, শুক্ল লব্ধার গুঁড়া, ও তিল একত্রে মিশাইয়া কেটাও ; বেশী ঘন হয় তো একটু জল আছড়া দিয়া কেটাইতে পার।

তার পরে তেল চড়াও ; মিনিট দুই তিন পরে, তেলের ফেনা মরিয়া গেলে, বড়া ছাড়িয়া ভাজ।

ইহা গরম গরম খাইতেই ভাল লাগে । কেহ কেহ ইহাতে একটু মিষ্টি মিশাইয়া মিঠা করিয়াও ভাজে ।

১৫৬। চাল বাঁটা দিয়া পাটশাক ভাজা ।

উপকরণ ।—পাটশাকের পাতা পঁচিশটী, চাল এক মুঠি, এক চুটকি হলুদ বাঁটা, মুন দুই চিমটী, একটি কাঁচা আমের রস বা একটি নেবুর রস, তেল দেড় তোলা, মেতি দুআনি পরিমাণ ।

প্রণালী ।—ভাজিবার জন্ত ভাল দেখিয়া পাতা ছিঁড়িয়া লও, এবং ধুইয়া রাখ । চালগুলি বাছিয়া ধুইয়া, ভিজাইতে দাও । ভিজিলে পর শিলে মিহি করিয়া পিষিয়া, একটি বাটীতে উঠাইয়া রাখ । আমটী ছেঁচিয়া তাহার রস বাহির কর, অথবা নেবু থাকে তো নেবু নিংড়াইয়া রস বাহির কর ।

একটি কড়ায় তেল চড়াও ; মিনিট দুই পরে তেলের ধোঁয়া উঠিলে, মেতি ফোড়ন দাও ; যেতির পট্ পট্ শব্দ ধামিয়া গেলে পাটশাকগুলি ছাড় ; ভাজা ভাজা কর ; প্রায় মিনিট পাঁচ পরে পাটশাকগুলি যখন একেবারে কুঁচকাইয়া ভাজা ভাজা হইয়া আসিবে, তখন চাল বাঁটাতে আমের বা নেবুর রস, মুন ও হলুদটুকু মিশাইয়া, সমস্ত পাটশাকের উপরে ছড়াইয়া দাও । নাড়া চাড়া করিয়া উল্টাইয়া দাও, প্রায় তিন চার মিনিট পরে, বেশ ভাজা ভাজা হইলে নামাও । ইহা খাইতে বেশ লাগে ।

১৫৭। নাউখোলা ভাজা ।

উপকরণ ।—নাউখোলা একপোয়া, শুকালকা দুইটা, তেল এক ছটাক, মুন সিকি তোলা ।

প্রণালী ।—কচি নাউএর খোলা ভাজা বেশ খাইতে লাগে ।

একটি নাউএর খোলা খুব ছোট ছোট করিয়া বানাও। দুইয়া মুন মাখিয়া লও। এক ছটাক তেল চড়াইয়া একটি কি দুইটি শুক্কা লক্ষা ফোড়ন দাও; মিনিট দুই পরে, লক্ষা লাল হইয়া উঠিলে নাউ খোলাগুলি ছাড়। বেশ মুচমুচে করিয়া ভাজিতে প্রায় আট দশ মিনিট লাগিবে।

ইহার রং শাদা থাকিবে, কিন্তু খোলাগুলি কুঁচকাইয়া যাইবে।

১৫৮। মোচা দিয়া আলুর চপ।

উপকরণ।—একটি মোচা, আলু বোলটা (আড়াই পোয়া), পেরাজ আধ ছটাক, দুই ডাল বাগানে মসলা (দুআনাভর), ঝাল কাঁচা লক্ষা চারিটা, গোলমরিচ শুঁড়া দুআনি পরিমাণ, গরম মশলার শুঁড়া এক চুটকি, মরদা এক ছটাক, জল আধসের, মুন পোন তোলা, হুধ এক ছটাক, বিস্কুট দেড় ছটাক, ঘি তিন ছটাক।

প্রণালী।—মোচা আনিবার পূর্বে ইহার পাতার ভিতরে যে ফুল থাকে, তাহাই চাকিয়া তবে কিনিবে; কাঁচকলার মোচা হইলে, তিত হইবে। তিত এবং বাসি মোচা লইবে না। টাটকা দেখিয়া লইবে। হুহাতে তেল মাখিয়া মোচা বানাইবে তাহা হইলে হাতে আর আটা লাগিবে না।

মোচার একটি করিয়া পাতা খোল, আর ফুলগুলি গোছা করিয়া লও। ফুলের মুখের দিকে দুই ইঞ্চি পরিমাণ করিয়া কাটিয়া ফেল, এবং সঙ্গে সঙ্গে ফুলের ভিতরে যে শুঁয়ার স্তায় থাকে, সেটা শুদ্ধ বাহির করিয়া ফেল; তাহা হইলে গোড়ার দিকে আন্ডাজ এক ইঞ্চি পরিমাণ শাঁস পাইবে, সেটা কুঁচাইয়া বানাইবে। যে পর্য্যন্ত ফুল পাইবে, সমস্ত এই ধরণে বানাইয়া

তার পরে যখন আসল শাদা কচি মোচা আসিবে, তাহাও এই প্রকারে কুঁচাইবে ; ইহার আর কিছু বাদ দিতে হইবে না ।

মোচাগুলি আধ সের জলে সিদ্ধ করিতে চড়াও ;—ইহা সিদ্ধ হইতে প্রায় মিনিট কুড়ি লাগিবে। মোচার জল নিংড়াইয়া ফেলিয়া কিমা অর্থাৎ খুব কুচিকুচি কর। কিমা মোচাতে ছয়ানি পরিমাণ হুন, তিন আনি পরিমাণ গোলমরিচের শুঁড়া এবং এক চুটকি গরম মশলার শুঁড়া মাখিয়া রাখ। আধ ছটাক পেঁয়াজ, দুই ডাল বাগানে মসলা (বাগানে মসলার অভাবে আধ তোলা আদা কুচি দিলেও চলে) ও চারিটা কাঁচা লব্ধা কিমা কর। কড়ার বা তৈরে এক ছটাক ঘি চড়াইয়া দাও ; ঘিয়ের ধোঁয়া উঠিলে, পেঁয়াজ, বাগানে মসলা ও কাঁচা লব্ধা কুচি ছাড় ; দুই তিন মিনিট নাড়িয়া, আধ ভাজা ভাজা হইলে, মোচা ছাড়িয়া খুস্তি দ্বারা নাড়িয়া চাড়িয়া কসিতে থাক ; মিনিট চার কসিয়া, এক তোলা ময়দা দাও ; ক্রমাগত খুস্তি দ্বারা নাড়িয়া নাড়িয়া মিশাও, এবং প্রায় আধছটাক জল দাও ; মিনিট পাঁচ পরে, যখন দেখিবে জল মরিয়া গিয়া তৈরে কেবল ঘিয়ের উপরে মোচা প্রভৃতি সরিয়া সরিয়া যাইতেছে, তখন নামাইবে।

আলুগুলির খোসা ছাড়াইয়া জলে সিদ্ধ করিতে চড়াও। সিদ্ধ হইলে, আলুগুলো বেশ করিয়া মাড়িয়া বা চটকাইয়া সিকি তোলা হুন মিশাইয়া লও। এইবারে সিদ্ধ আলুর থানিকটা লইয়া হাতে চাপড়াইয়া প্রত্যেক চপের জন্য দুইটি চাকি তৈয়ারি কর। লুচি বা কুটির নেচি বেলিলে যেমন গঠন হয় আলুর প্রত্যেক চাকিরও অনেকটা ঐরূপই গঠন হইবে। একটা চাকির উপর, মোচার থানিকটা পুর রাখিয়া তাহার উপর আরেকটা চাকি দিয়া ঢাকা দাও

এবং চারি পাশ জুড়িয়া দিয়া চেরাগি অর্থাৎ দীপশিখার ন্যায় বাদামি গড়ন করিয়া রাখ। প্রত্যেক চপের দৈর্ঘ্য প্রায় ছয় আঙ্গুল এবং প্রস্থ প্রায় তিন বা চার আঙ্গুল হইবে এবং বেধ প্রায় দেড় আঙ্গুল হইবে।

একটি পাত্রে এক ছটাক হুধে পোন তোলা ময়দা, ও একটু হুন মিশাও; যদি বেশী গাঢ় হইয়া যায় দেখ, তবে এক তোলাটাক জল দিয়া একটু পাতলা করিয়া লইতে পার। ইহাই হইল চপের গোলা।

একটি চেপটা বাসনে খানিকটা ময়দা ছড়াইয়া রাখ; আরেকটি পাত্রে বিস্কুটের গুঁড়া রাখ। আলুর চপ প্রথমে এক একটা করিয়া ময়দার উপরে কেলিয়া মাখাইয়া লও, তার পরে গোলাতে ছাড়। চপগুলি বেশ চারিদিকে গোলামাধান হইলে, বিস্কুটের গুঁড়ার উপর রাখিয়া, ভাল করিয়া বিস্কুটের গুঁড়া মাখাও। চপগুলি বিস্কুটের গুঁড়া হইতে ঝাড়িয়া ঝাড়িয়া উঠাইয়া, আর একটি পাত্রে রাখ।

এইবারে কড়ার আধ পোয়া ঘি চড়াইয়া দাও; ঘিরের ধোঁয়া উঠিলে একটি কি দুইটি করিয়া চপগুলি ছাড় আর ভাজ। তামাটে রং হইলে নামাইবে। প্রত্যেক খোলা ভাজিতে মিনিট দুই সময় লাগিবে।

১৫২। মোচার কোস্তা।

উপকরণ।—একটি মোচা, জল আধসের, নারিকেল এক ছটাক, দারচিনি এক গিরা, লব্ধ চারিটা, ছোট এলাচ একটা, শুক লব্ধা একটি, নেবু একটি, হুন প্রায় আধতোলা, দুই চুটকি গোল

মরিচ গুঁড়া, আদা এক তোলা, বেশন আধ পোয়া, কাঁচা লঙ্কা দুইটি, বি আধ পোয়া।

প্রণালী।—একটি মোচা আনিয়া, কুটিয়া মুইয়া আধ সের জলে সিদ্ধ করিতে চড়াও ; * প্রায় পনর, কুড়ি মিনিট সিদ্ধ হইলে পর, টিপিয়া দেখিবে ভাল সিদ্ধ হইয়াছে কি না, সিদ্ধ হইলে, নামাইবে। একটু ঠাণ্ডা হইলে, জল হইতে মোচাগুলি ছাঁকিয়া তুলিয়া বাটিবে। এই বাটা মোচা ওজনে তিন ছটাক হইবে। মোচা পিষিবার কালে, একটি গুঁড়া লঙ্কাও পিষিয়া লইবে। মোচা বাটা হইয়া গেলে, শিলের উপরেই নেবুর রস মোচাতে মাখিয়া মোচা উঠাইয়া রাখিবে।

এইবারে গরম মশলা, নারিকেল এবং আদা পিষিয়া একত্র মিশাইয়া রাখ।

পেয়া মোচা, এবং পেয়া নারিকেল একত্র মিশাইয়া উহাতে তিন আনা ভর গোলমরিচ গুঁড়া, দু আনা ভর হুন ও আধ ছটাক বেশন ভাল করিয়া মাখিয়া লও।

একটি পাত্রে অবশিষ্ট দেড় ছটাক বেশনে এক চুটকি হুন, এক চুটকি গোলমরিচ গুঁড়া ও দুইটা কিমা কাঁচা লঙ্কা মিশাইয়া, অল্প জল দিয়া খুব গাঢ় করিয়া গোল। মোচার দশ বারটা গোল কোপ্তা বানাইয়া, এই গোলাতে ছাড়িয়া দাও।

আধ পোয়া বি একেবারে চড়াও ; ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইলে অল্প গোলাগুঁড় কোপ্তা উঠাইয়া, ক্রমে ক্রমে ঘিয়ে ভাজ।

১৬০। ভাতের কোপ্তা।

উপকরণ।—সিকি কুনিকা চালের ভাত, দুইটি গুঁড়া লঙ্কা,

* মোচা বানাইবার প্রণালী ১০৮ সংখ্যার “মোচার আলুর চপ” দেখিয়া লও।

মুন প্রায় আধ তোলা, লক্ষ চারিটা, ছোটএলাচ দুইট, দারচিনি দুগিরা, জায়ফল সিকিখানা, দই একছটাক, ডেলাক্ষীর আধছটাক, ময়দা আধ ছটাক, সুজি এক ছটাক, কিসমিস এক ছটাক, দুধ এক কাঁচা, জাকরান পাঁচ রতি, আদা সিকি তোলা, ঘি আধ পোয়া।

প্রণালী।—শুক লক্ষা ছুটি বাঁটিয়া রাখ। লক্ষ চারিট, ছোট এলাচ ছুটি, দারচিনি দুগিরা ও জায়ফলটুকু একত্রে গুঁড়াইয়া ফাঁকি করিয়া অর্থাৎ কাপড়ে ছাঁকিয়া রাখ। কিসমিসগুলি ধুইয়া বাছিয়া আধ ছটাক ঘিবে ভাজিয়া রাখ; ডেলাক্ষীরটাও অমনি একটু ভাজিয়া রাখ।

এক কাঁচা দুধে জাকরান টুকু তিজাইতে দাও।

ভাতগুলি একটু জলহাতে ভাল করিয়া চটকাইয়া লও। জল হাতে করিবার অতিপ্রায় এই যে ভাত জড়াইয়া যাইবে না। ভাত বতটা চটকাইয়া মোলায়েম করিতে পার, ততই ভাল (পিষিয়া লইলেও হয়)। ইহাতে লক্ষা বাঁটা, মুন ও গরমমশলার গুঁড়া মাখ। ডেলাক্ষীর হাতে করিয়া গুঁড়াইয়া ইহাতে মাখ, হুধে-গোলা জাকরান টুকুও মাখিয়া লও। এইবারে গোলা গোলা কোপ্তার মত করিয়া গড়। একটি কুলায় বা চেপটা পাত্রে বা কাগজে ময়দা ছড়াইয়া রাখ। কোপ্তাগুলি এই ময়দাতে রাখিয়া ময়দা-মাখা করিয়া আবার ঝাড়িয়া ঝাড়িয়া রাখ।

একটি পাত্রে দইটা ঢাল, হাতে করিয়া দু তিনবার কেটাইয়া লও; দইয়ে লক্ষা বাঁটা, আদা বাঁটা এবং মুন মিশাইয়া লও; কোপ্তা গুলি দইয়ে ডুবাইয়া, সুজির উপরে ফেল। সুজি ভাল করিয়া মাখাইয়া ঝাড়িয়া ঝাড়িয়া ঘিবে ভাজ।

১৬১। আলুর মাকিন ।

উপকরণ।—আলু এক পোয়া, পেঁয়াজ এক ছটাক, চারিটা কাঁচা লঙ্কা, ছোট পটোল ছয়টা, ময়দা আধ তোলা, জল বা দুধ আধ ছটাক, হুন আধ তোলা, গোল মরিচ গুঁড়া দুই চুটকি, ছোলার বেশন দুই তোলা, আটা এক তোলা, ঘি আড়াই ছটাক ।

প্রণালী।—আলুগুলির খোসা ছাড়াইয়া, আধসেরটাক জলে সিদ্ধ করিতে চড়াও ;—সিদ্ধ হইতে প্রায় কুড়ি পঁচিশ মিনিট লাগিবে। সিদ্ধ হইলে পর, কাঠের হাতার পশ্চাত্তাগ দিয়া অথবা হাতে করিয়া আলু চটকাইয়া লও। পটোলগুলির খোসা ছাড়াইয়া চাকা চাকা করিয়া কাট ; পেঁয়াজ ও কাঁচালঙ্কা কয়টা কিমা অর্থাৎ খুব কুচি কুচি কর ।

কড়া বা তৈয়ে তিন কাঁচাটাক ঘি চড়াইয়া দাও ; ঘি গরম হইয়া ধোঁয়া উঠিলে পর, পেঁয়াজ ও কাঁচালঙ্কা কুচি ছাড় দুই মিনিট নাড়া চাড়া করিয়া পটোল ছাড়, পটোলও মিনিট দুই নাড়িয়া, ময়দা ছাড় এবং খুস্তি দিয়া নাড়িতে থাক । প্রায় মিনিট তিন পরে যখন দেখিবে ময়দা পটোলদিগ্ন সহিত বেশ মিশিয়া গিয়াছে, তখন আধ ছটাক জল দাও এবং সিকি তোলা হুন ও দুই চুটকি গোলমরিচ গুঁড়া দাও। জলটুকু মরিয়া একটু রসরস থাকিতেই নামাইবে,—অর্থাৎ একেবারে শুক্লা হইবে না। এই জল টুকু মরিয়া এই রকম হইতে, প্রায় মিনিট তিন সময় লাগিবে। ইহাই পুর ।

এইবারে আলুর চান্নিখানা গোল গোল পুরু পুরু চাকি হাতে করিয়া গড়। মুচি বা কটীর নেচি বেলিলে যেক্রপ দেখিতে হয়,

আলুর চাকিরও আকার অনেকটা ঐরূপ হইবে। একটি চাকির উপরে পুরের অর্ধেক টুকু দাও, তারপরে আর একটি চাকি দিয়া ঢাকা দাও এবং চারিপাশ টিপিয়া টিপিয়া জুড়িয়া দাও। ইহার আকার ক্ষীরমোহনের ন্যায় চেপটা ও গোল রকমের হইবে। এই ধরণে দুটি মাফিন গড়।

একটি পাত্রে বেশন, আটা ও দিকি তোলা হুন মিশাইয়া জল বা ছধ দিয়া খুব গাঢ় করিয়া গোল। আলুর মাফিন ইহাতে ডুবাইয়া গোলা শুকু উঠাইয়া ঘিয়ে ভাজ। ঘি গরম হইলে মাফিন ছাড়িবে। ভাজা হইতে চারি পাঁচ মিনিট সময় লাগিবে।

ভোজন বিধি।—ইহা থিচুড়ি, ডাল ভাতের সঙ্গে খাও।

১৮২। বেশন দিয়া নটেশাক ভাজি।

উপকরণ।—ছোট আট ডাল নটে শাক (ওজন এক কাঁচা-টাক), আদা আধ তোলা, কাঁচা লঙ্কা দুইটি, দই আধ ছটাক, বেশন দেড় কাঁচা, শফেদা পোন কাঁচা, হুন দুআনি ভর, তেল দেড় ছটাক।

প্রণালী।—নূতন নটেশাক আনিয়া, তর্জনীর সমান লম্বা করিয়া ছোট ছোট ডাঁটা কাটিয়া লও; প্রত্যেক ডাঁটায় বেশ কচি কচি পাতা অন্ততঃ পাঁচ ছয়টা করিয়া থাকে যেন। শাকগুলি ধুইয়া রাখ।

আদাটুকু এবং কাঁচা লঙ্কা দুইটি কিমা বা খুব কুচি করিয়া রাখ।

একটি পাত্রে বেশন আর শফেদা মিশাও, তাহাতে দই দিয়া গোল; তিন চার মিনিট ফেটাও; তারপরে হুন, লঙ্কা ও আদা কুচি মিশাইয়া শাপড়কা ও।

দেড় ছটাক তেল চড়াও ; তিন মিনিট পরে, তেলের ধোঁয়া উঠিলে, বেশনের গোলাগুদ শাক ছাড়িয়া ভাজ ; বেশ মুচমুচে হইবে। এক এক খোলা ভাজিতে প্রায় মিনিট তিন সময় লাগিবে। গরম গরম খাইতে দিবে।

১৬৩। কচি পুঁইপাতা ভাজা ।

উপকরণ।—কচি ডগের পুঁইপাতা আটটি, বেশন আধ ছটাক, তিল আধছটাক, মুন সিকি তোলা, ছুটি কাঁচা লঙ্কা কুচি, সিকি তোলা আদা কুচি, সরিষা তেল আধ পোয়া, জল চারি তোলাটাক।

প্রণালী।—এক আঙ্গুল সমান লম্বা করিয়া পুঁই শাকের কচি ডগি (কচি পাতা ও কচি ডাঁটা শুদ্ধ) কাটিয়া লও, এবং ধুইয়া রাখ। তিলগুলি একটি বাটির জলে ফেলিয়া ছাঁকিয়া লও ; তিল পিষিয়া রাখ। কাঁচা লঙ্কা ও আদা কুঁচাইয়া রাখ।

চারি তোলাটাক জল দিয়া তিল-বাটা আর বেশন গোল ; তাহাতে লঙ্কা ও আদা কুচি, এবং মুন দিয়া খুব ফেটাও ; পুঁই-পাতা এই গোলার ভিতরে ডুবাইয়া দাও।

কড়ায় তেল চড়াও ; তেলের ধোঁয়া বাহির হইলে, এক একটি পুঁইপাতা গোলাগুদ উঠাইয়া উঠাইয়া তেলে ছাড় ; বেশ মুচমুচে হইলে উঠাইয়া রাখ। এক একবারে ভাজিতে মিনিট তিন সময় লাগিবে।

১৬৪। পুঁইপাতা ভাজা (দ্বিতীয় প্রকার)।

উপকরণ।—কচি পুঁইপাতা আটটি, বেশন এক কাঁচা, তিল এক কাঁচা, নারিকেল আধছটাক, শফেনা আধ কাঁচা, শুক্ক লঙ্কা

আধখানি, কাঁচা লঙ্কা তিনটি, আদা সিকি তোলা, নুন সিকিতোলার একটু কম, জল চারি তোলা পরিমাণ, ঘি আধ পোয়া ।

প্রণালী ।—কচি পুঁইপাতাগুলি ধুইয়া রাখ । তিল ও নারিকেল পিষিয়া রাখ । আধখানি শুক্ক লঙ্কা বাঁটিয়া রাখ । কাঁচা লঙ্কা ও আদা কিমা কর ।

বেশন, তিল বাঁটা, নারিকেল বাঁটা ও শফেদা একত্রে জল দিয়া গোল ; বেশ করিয়া ফেটাও ; শুক্ক লঙ্কা বাঁটা, আদা কুচি এবং নুন মিশাইয়া, আরো হু একবার ফেটাও । এইবারে পুঁইপাতা ইহাতে ডুবাইয়া ঘিয়ে ভাজ ।

ইহা মন্দ আঁচে ভাজিতে হইবে । এবং গরম গরম খাইতেই ভাল ।

১৬৫ । হপো বা চিচিঙ্গা তাজা ।

উপকরণ ।—দেড় হাত লম্বা একটি চিচিঙ্গা, হলুদ বাঁটা এক চুটকি, নুন এক চুটকি, তেল আধ পোয়া ।

প্রণালী ।—চিচিঙ্গার গা বাঁটি বা ছুরিতে চাঁচিয়া ফেলিবে ; সিকি ইঞ্চি পুরু করিয়া গোল গোল কাট । এইগুলি ধুইয়া নুন, হলুদ মাখ ।

কড়ায় তেল চড়াও ; তেলের ধোঁয়া বাহির হইলে, এগুলি ছাড় । লাল রং হইয়া আসিলে, ছাঁকিয়া উঠাইবে । ইহা আর মুচমুচে হইবে না, নরমই থাকিবে । ভাজিতে মিনিট সাত আট সময় লাগিবে ।

১৬৬ । বেগুন তাজা ।

প্রণালী ।—শবজী বানাইবার শুণে খাণ্ডদ্রব্য কেবল যে দেখিতে

সুন্দর হয় তাহা নয়, আত্মাদেরও তারতম্য হয়। বেগুন অনেক রকমে বানান হইয়া থাকে। যথা আস্ত বেগুন, আধখানা, চার চির, ডুমো, অর্দ্ধ চাকা, চাকা ইত্যাদি।

ভাজিবার জন্য বেগুন কচি (বেগুনের ভিতর ফুলের মতন নরম থাকিবে, বিচি-গজগজে হয় না বেন), টাটকা অথচ বড় দেখিয়া বাছিয়া লইবে, তাহা হইলে বেগুন ভাজা থাইতে অধিকতর সুস্বাদু লাগিবে।

আস্ত বোঁটাশুদ্ধ বেগুনটির লম্বাতে ঠিক মধ্যে, একটি বা দুইটি চির চিরিয়া দিবে, তাহা হইলে ইহা দুই অথবা চারি ভাগে বিভক্ত হইবে, অথচ আস্তটী থাকিবে। এই চিরিয়া দিবার অভি-প্রায় এই যে সহজেই ভিতরে সিদ্ধ হইয়া যাইবে।

বেগুনটীকে মধ্যখানে একেবারে দ্বিখণ্ডিত করিলে আধখানা করিয়া কাটা হয়।

বেগুনকে চারিটা চিরে বিভক্ত করিয়া কাটিলে, তাহা চার চেরা হইবে।

বড় বেগুন চার চির করিয়া কাটিয়া তাহা আবার আড়া চারটুকরা করিয়া কাটিলে অর্থাৎ একটি বেগুনকে আট টুকর কাটিলে, তাহাকেই ডুমোকাটা বলে।

বেগুনটীকে গোলাকার চাকা চাকা করিয়া কাটিলে, তাহাকে চাকা-কাটা বলে।

বেগুনটীকে প্রথমে লম্বা দিকে অর্দ্ধেক করিয়া কাটিয়া, তাহাই আবার চাকা চাকা করিয়া কাটিলে, তাহাতেই অর্দ্ধচাকা-কাটা হইবে।

যে কোন প্রকারে বানাইয়া একটু হালুদ বাটা, ও হুন মাখিয়া

বেগুনগুলি তেলে ভাজ ; গাঢ় লাল রং হইয়া আসিলে, এবং বেশ নরম হইলে, নামাইবে। দু'তিনটা বেগুন ভাজিবার জন্য আধপোয়া তেল যথেষ্ট। আস্ত বেগুনে হলুদ না মাখিয়া শুধু নুন মাখিয়া ভাজিলেও চলে।

বেগুন ভাজা মিনিট ছয় সাতের ভিতরে হইয়া যায়।

১৬৭। ফিরঙ্গী বেগুন ভাজা।

উপকরণ।—মাঝারি ধরণের বেগুন তিনটা, জল এক পোয়া নুন ছয় আনা ভর, কাঁচা লঙ্কা চারিটা, বড় পেঁয়াজ চার পাঁচটা, তেল দেড় ছটাক।

প্রণালী।—তিনটি বেগুন আনিয়া প্রত্যেকটি অর্ধচাকা করিয়া কাট, এবং ধুইয়া ফেল ; প্রায় পোয়াটাক জলে নুনটুকু দিয়া বেগুনগুলি ভিজাইয়া রাখ। তিন চারিটি কাঁচা লঙ্কা লম্বাদিকে চার ভাগে চিরিয়া কাট, আর চার পাঁচটি বড় পেঁয়াজ লম্বা-দিকে কুঁচাও।

একটি কড়াতে দেড় ছটাক তেল চড়াও। মিনিট দুই পরে তেলের চড়বড়ানি ধামিয়া গেলে পর, পেঁয়াজ, কাঁচা লঙ্কা, আর বেগুনগুলি ছাড়িয়া দাও ; কিন্তু বেগুন ভিজান নুন-জলটুকু ফেলিবে না। এই জল শেষে কাজে লাগিবে। খুঁটি করিয়া একবার বেগুনগুলি নাড়িয়া দিয়া হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া দাও। মাঝে মাঝে নাড়িয়া দিতে হইবে। প্রায় চার মিনিট পরে, অন্ন ভাজা ভাজা হইলে পর হাতে করিয়া করিয়া বেগুন ভিজান সেই নোনা জল বেগুনে ছিটা মার। একবার ছিটা-মারা জগ শুকাইয়া গেলে, আবার ছিটা মারিবে, এইরূপে, বেগুনে প্রায় আধা

পোয়াটাক জল খাওয়াইতে হইবে; যতটা পারিবে হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া রাখিবে। ক্রমে জল মরিয়া গিয়া বেগুনগুলি বেশ ক্লিয়া ক্লিয়া নরম হইয়া যাইলে, নামাইবে।

মিনিট দশ হইতে পনের পর্য্যন্ত সময় লাগিবে।

১৬৮। বেগুনী আলু ভাজা।

উপকরণ।—বেগুন দুইটা, আলু তিনটা, পেঁয়াজ তিনটা, হলুদ সিকি তোলা, শুক্লা লঙ্কা দুইটা, মুন সিকি তোলা, ঘি দেড় ছটাক।

প্রণালী।—বেগুন দুইটা আধখানা করিয়া বানাও। তার পরে প্রতি আধখানা বেগুনের পেটের উপরে, লম্বাদিকে এবং আড়ে ছুরি দিয়া দুইটা দুইটা করিয়া চারিটা দাগ দাও, তাহা হইলে, সহজেই বেশ তেল ঘি ঢুকিতে পারিবে। আলু তিনটির পোয়া ছাড়াইয়া মোটা মোটা ঢাকা ঢাকা করিয়া বানাও। পেঁয়াজ কুচি কুচি করিয়া কাট। লঙ্কা ও হলুদ বাঁটিয়া রাখ।

বেগুন, আলু, ও পেঁয়াজ ধুইয়া হলুদ ও লঙ্কা বাঁটা (এক তোলা আদা বাঁটা ও দুইটা পেঁয়াজ বাঁটাও মাখিতে পারে) এবং মুন মাখ; তার পরে, সেই পাত্রের পেঁয়াজ, আলু ও বেগুন আলাদা আলাদা করিয়া বাছিয়া রাখ।

একটি কড়ায় ঘি চড়াও। মিনিট দুই পরে, পেঁয়াজ কুচি ছাড়; খুস্তি দিয়া নাড়। সাত আট মিনিট পরে, বেশ ভাজা ভাজা হইলে, উঠাইয়া রাখ। এবারে বেগুনগুলি উপর করিয়া ঘিয়ে ছাড়; তার পরে খুস্তি দিয়া উন্টাইয়া চিত করিয়া দাও। কড়ায় একবারে বেগুনগুলোকে ঠেলিয়া দিয়া, আলু ছাড়িবে।

ঘি়ের একদিকে বেগুন আর এক দিকে আলু পাকাইতে থাক। আবশ্যক মতে খুস্তি দিয়া বেগুন, আলু উন্টাইয়া পান্টাইয়া দিবে।

মিনিট পাঁচের মধ্যে, বেগুন বেশ ভাজা হইয়া যাইবে ;—এমন কি, হাতা বা খুস্তি দিয়া ইহার উপরে টিপিলে মনে হইবে যেন বেশ খট্‌খটে ভাজা হইয়াছে। তার পরে উঠাইয়া রাখিবে।

আলুগুলি মিনিট আটের পরে, তবে লাল্‌চে ভাজা হইয়া যাইবে।

একটি বাসনে ভাজা পেঁয়াজ, আলু ও বেগুন সাজাইয়া দিবে।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, খিচুড়ি, এবং মুচিতেও খাইতে পার।

১৬৯। বেগুনের চপ।

উপকরণ।—মাঝারি ধরণের চারিটি বেগুন, বেশন এক ছটাক, শক্‌দা এক ছটাক, গুরু লক্ষা দুইটি, পটোল আটটি, তেজপাতা একখানি, জিরা সিকি তোলা, ছুআনি ভর গরম মশলার গুঁড়া, কাঁচা লক্ষা একটি, একটি নেবুর রস অথবা তৈতুল প্রভৃতি কোন অন্ন জিনিষের রস, হুন আধতোলা, ঘি এক পোয়া, জল আধপোয়া।

প্রণালী।—কচি পটোল আটটি একেবারে খোসা ছাড়াইয়া খুব সরু সরু করিয়া বানাও, দুইয়া রাখ। গুরু লক্ষা ছুটি বাঁটিয়া রাখ। জিরাগুলি কাঠখোলায়, দুই তিন মিনিট চমকাইয়া, গুঁড়াইয়া রাখ। কাঁচা লক্ষা কমটি কুঁচাও। নেবুর রস বাহির কর।

একটি কড়াতে প্রায় এক ছটাক ঘি চড়াও এবং তেজপাতা-

খানি ঘিয়ে ছাড়। পটোলগুলিতে অর্ধেকটুকু লক্ষা বাটা মাখিয়া রাখ। দুই মিনিট পরে ঘিয়ের ধোঁয়া উঠিলে, পটোল ছাড় আর দিকি তোলাটাক মুন দিয়া ঢাকা দাও; মিনিট চার পরে, ইহার জল মরিয়া গিয়া একটু ভাজা ভাজা হইলে, কাঁচা লক্ষা কুচি দাও। আরো দুই মিনিট কসিয়া, নেবুর রসটুকু ইহাতে ঢালিয়া দাও। দুই মিনিটের মধ্যে রস মরিয়া পটোলের সহিত মাখ মাখ হইলে, নামাইয়া গরম মশলার শুঁড়া আর ভাজা জিরা শুঁড়া মাখ। ঢাকা দিয়া রাখ। ইহাই পুর হইল।

এইবারে বেগুন গুলিকে লক্ষা ভাগে দ্বিধা কর। একটি ছুরি দিয়া বা বাশের চেঁরাবি দিয়া বেগুনের শাঁস বাহির করিয়া ফেল। এখন বেগুনের চারিটি খোলায় ভিতরে, উপরোক্ত পটোলের পুর পোর; তার পরে অপর চারটি খোলা দিয়া আবার ঢাকা দিয়া দাও। ইহা আর দড়ি দিয়া বাঁধিতে হইবে না।

একটি গাঢ় পাত্রে বেশন, শফেদা, শুক্ক লক্ষা বাটা, ও এক চুটকি মুন মিশাইয়া, জল দিয়া গাঢ় করিয়া গোলা। কিন্তু যদি দেখ যে বেশী গাঢ় হইয়াছে তাহা হইলে, আর একটু পাতলা করিয়া লইবে। মিনিট পাঁচ ইহা ফেটাইয়া হালকা করিয়া লইবে; ইহাই গোলা।

একটি কড়া করিয়া তিন ছটাক ঘি চড়াও। তিন চার মিনিট পরে ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইয়া ঘি বেশ পাকিয়া আসিলে, বেগুনের চারিদিকে বেশ ভাল করিয়া গোলা মাখিয়া ঘিয়ে ছাড়িবে। বেগুন এই গাঢ় গোলাতেই আঁটিয়া যাইবে, আর ইহা দড়ি দিয়া বাঁধিতে হইবে না। তিন মিনিটের মধ্যে, দেখিবে ইহা কেমন ফুলিয়া উঠিয়াছে; লাল ও সূচমুচে রকম হইলে,

ছাঁকিয়া উঠাইবে। এত বেশী ঘি চড়াইলে, দেখিবে বেগুন কেমন ভাসিয়া খেলিয়া বেড়াইতেছে। যত ঘিয়ের উপর খেলিতে পাইবে তত ভাজাও ভাল হইবে।

১৭০।—তিলপিটুলি বেগুন ভাজা।

উপকরণ।—কাঁচা মাষকলাই ডাল আধপোয়া, আতপ চাল দিকি তোলা, তিল এক ছটাক, হলুদ বাঁটা দিকি তোলাটাক, নুন ছ'আনি ভর, বড় কচি বেগুন দুইটী, তেল এক পোয়া।

প্রণালী।—পূর্ব্ব দিন রাত্রে আধপোয়া কাঁচা মাষকলাই ডাল ও আধ পোয়া চাল আলাদা আলাদা পাত্রে ভিজাইতে দিবে। পর দিন সকালে, চাল ধুইয়া জল ঝরাইয়া রাখ; ডালের পরিষ্কার করিয়া খোসা তুলিয়া অনেকবার জল বদলাইয়া ধুইয়া রাখ।

চাল ও ডাল হাতে করিয়া একটু একটু জলের ছিটা দিয়া শিলে মিহি করিয়া পিষিয়া লও। ইহাতে এক ছটাক তিল, দিকি তোলাটাক বাঁটা হলুদ ও দিকি তোলা নুন সব একত্রে মিশাইয়া ভাল করিয়া ফেটাও; ছ' তিনবার একটু জল আছড়া দিয়া ফেটাইবে।

বেগুন চাকা চাকা করিয়া কাটিয়া ধুইয়া রাখিবে। বেগুন-গুলিতে এক চুটকি নুন মাখিয়া রাখ।

কড়া করিয়া সরিষা তেল চড়াও; দুই মিনিট পরে, তেলের ধোঁয়া বাহির হইলে, বেগুনে গোলা মাখিয়া তেলের উপরে ছাড়; লালচে রংএর ভাজা হইয়া গেলেই ঝাঁঝি করিয়া ছাঁকিয়া তুলিবে। এক এক খোলা ভাজিতে তিন কি সাড়ে তিন মিনিট করিয়া লাগিবে।

এই পোলাতে বেগুনের বমলে পটোল ডুবাইয়া ভাজিলেও বেশ হয়। পটোল ও বেগুনের ন্যায় ঢাকা ঢাকা করিয়া বানাইতে হইবে।

১৭১।—ছোলার ডালের আলুর চপ।

উপকরণ।—ছোলার ডাল এক ছটাক, আলু সাত ছটাক, পেঁয়াজ দেড় কাঁচা, কিসমিস এক কাঁচা, নারিকেল আধ ছটাক, শুকালকা একটা, কাগজিনেবু দেড়টা, কাঁচা লক্ষা চারিটা, প্রায় পোন তোলা হুন, দুআনিভর গোলমরিচ গুঁড়া, জল এক কাঁচা, ধিনর কাঁচা, দুধ আধ পোরা, ময়না সিকি তোলা, বিস্কুট দেড় ছটাক।

প্রণালী।—এক ছটাক ছোলার ডাল ধুইয়া জলে সিদ্ধ করিতে চড়াও। মিনিট পনের পরে সিদ্ধ হইলে নামাইয়া রাখ।

আটটা বড় বড় আলু (ওজনে সাত ছটাক) খোসা ছাড়াইয়া ঢাকা ঢাকা করিয়া কাটিয়া জলে সিদ্ধ করিতে চড়াও; (কাটিয়া সিদ্ধ করিতে দিলে শীঘ্র সিদ্ধ হয়।) হাড়ির মুখে ঢাকা ঢাপা দিয়া রাখ। মিনিট কুড়ি সিদ্ধ হইলে, আলু নামাইয়া রাখ। সিদ্ধ ডাল শিলে পিষিয়া লও।

নারিকেল ও শুকাল লক্ষা পিষিয়া রাখ। পেঁয়াজও কাঁচা লক্ষা কয়টি খুব কুচি করিয়া রাখ। কিসমিস গুলিও কুঁচাইয়া রাখ। দেড়টা কাগজিনেবুর রস বাহির করিয়া নারিকেল বাঁটাতে, ডাল বাঁটাতে ও কুঁচান পেঁয়াজে আলাদা আলাদা করিয়া মিশাও।

এক কাঁচা ধি চড়াও; তাহাতে পেঁয়াজও কাঁচালক্ষা ছুটি ছাড়; মিনিট দুই নাড়িয়া, নারিকেল বাঁটা ছাড়; আরো

মিনিট দুই তিন ঘন ঘন নাড়িয়া, ডাল বাঁটা এবং কিসকিস কুচি ছাড়। এই সময়ে দুআনিভর গোলমরিচ গুঁড়া, সিকি তোলা হুন ছাড় ও ঘন ঘন নাড়; তারপরে এক কাঁচাটাক জল দিয়া আবার ঘন ঘন নাড়িতে থাক; মিনিট তিন চার নাড়িয়া নামাইয়া রাখ। ইহাই পুর প্রস্তুত হইল।

আলুগুলি মোলায়েম করিয়া চটকাইয়া লও, (একটি পায়ে রাখিয়া কাঠের হাতা বা চামচের পশ্চাৎদাগ দিয়া মাড়িয়া লইলেও হয় অথবা হাতে করিয়া চটকাইয়াও লইতে পার)। বাড়ি আলুতে সিকি তোলা হুন মিশাও।

এইবারে আলুর চাকি গড়িতে হইবে। ছরটা চপের জন্য আলুর বারখানা চাকি গড়িতে হইবে। একটি আলুর চাকির উপরে পুর রাখিয়া আর একটি আলুর চাকি দিয়া ঢাকা দাও। চেরাগির গড়ন কর। এক একটি চপ লবার প্রায় পাঁচ ছয় অঙ্গুলি এবং প্রস্থে প্রায় তিন অঙ্গুলি হইবে। (২০২ পৃষ্ঠার মোচার আলুর চপ দেখ।)

আধপোরাটাক হুধে এক চুটকি হুন ও সিকি কাঁচাটাক বরদা মিশাইয়া তিন চারিবার ফেটাইয়া লও।

বিছুটগুলি মিহি গুঁড়াটয়া একটি খালা বা প্লেটে ছড়াইয়া রাখ।

চপগুলি প্রথমে এক দফা বিছুটের গুঁড়া মাখিয়া কাড়িয়া কাড়িয়া হুধের গোলাতে তিজাও; চপগুলি হুধের গোলায় তিজাইয়া আবার বিছুট গুঁড়ার উপরে কেলিয়া বিছুট গুঁড়া মাখাইয়া রাখ।

শি চড়াও; ঘিের ধোঁয়া বাহির হইলে, চপ ছাড়িবে।

কোনো খোলা ভাঙ্গা হইতে প্রায় মিনিট দুই সময় লাগিবে, দুপিত লালচে হইয়া আসিলে নামাইবে।

১৭২। পটোল পুরণ ভাঙ্গা।

উপকরণ।—বড় পটোল আটটা (ওজন পাঁচ ছটাক), পেরাজ এক ছটাক, কাঁচা লঙ্কা দু'তিনটা, আলু দেড় ছটাক, কিসমিস এক কাঁচা, শুক্ক লঙ্কা একটি, ঘি নয় কাঁচা, ময়দা পোন তোলা, গোলমরিচ গুঁড়া দু'আনি ভর, একটি কিষা দেড়টা নেবুর রস, ছোলার বেশন পাঁচ কাঁচা, হুন প্রায় আধ তোলা, জল এক পোয়া।

প্রণালী।—আটটা পটোল আনিয়া, তাহাদের তাল করিয়া খোসা ছাড়াইয়া ফেল। পটোলগুলি হাতে করিয়া একটু দলিয়া লও; ছুরি দিয়া পটোলগুলি লম্বাদিকে খানিকটা খানিকটা করিয়া চিরিয়া দাও; ঐ চেরা ছানের ভিতরে একটি চামচের পিছন দিক দিয়া অথবা আলু ঢুকাইয়া বিচি বাহির করিয়া ফেল। এই পটোলগুলো কুটন্ত গরম জলে কেলিয়া, মিনিট পাঁচ ধরিয়া তাপাইয়া লও।

আলু মিহি কুঁচাইয়া রাখ, কিসমিস কুচি কুচি কর, কাঁচা লঙ্কা ও পেরাজ কিমা অর্থাৎ খুব কুচি কুচি করিয়া রাখ। শুক্ক লঙ্কাটা পিষিয়া, কিমা আলুতে মাখাইয়া রাখ।

এক কাঁচা ঘি চড়াও; ঘি গরম হইলে, পেরাজ কুচি ছাড়। হু এক মিনিট, পেরাজ নাড়িয়া চাড়িয়া, আলু, কিসমিস প্রভৃতি ছাড় এবং নাড়িতে থাক; পোন তোলা ময়দা, প্রায় পাঁচ আনি ভর হুন, আধাপোয়া জল এবং দু'আনি ভর গোলমরিচ গুঁড়া যিশাও;

পাঁচ ছয় মিনিট নাড়িয়া নামাও; উহাতে দেড়টা স্বেদন
দাও; ইহাই পুর।

ছোলার বেশনে তিন আনি ভর মুন মাথিয়া আধ পোয়াটাক
জল দিয়া ফেটাও; একটু ঘন ঘন যেন হয়। পটোলের ভিতরে
পুর পুরিয়া, এই গোলা মাখাও।

আধ পোয়া ঘি চড়াও; ঘিয়ের ধোয়া বাহির হইলে হু তিনটা
করিয়া গোলামাখা পটোল ছাড়; উল্টাইয়া পাণ্টাইয়া ভাজ।
মিনিট দুই পরে, লাল্চে লাল্চে হইয়া আসিলেই নামাও।

১৭৩। তিলপিটুলি বেগুন ভাজা (দ্বিতীয় প্রকার)।

উপকরণ।—কাঁচা মাষকলাই ডাল এক ছটাক, চাল আধ
ছটাক, তিল আধ ছটাক, আদা এক তোলা, শুক্ল লক্ষা শুঁড়া
দুআনি ভর, মুন ছয় আনাভর, তেল আধপোয়া, বেগুন বা
পটোল এক ছটাক, জল দেড় কাঁচা।

প্রণালী।—ভোরবেলার কাঁচা মাষকলাইডাল আর চাল
আলাদা আলাদা জলে ভিজাইতে দিবে; ঘণ্টা দেড় পরে কলাই-
ডালের খোসা তুলিয়া ফেলিয়া, আলাদা বাঁটিয়া রাখিবে। তিল
জল হইতে ছাঁকিয়া লইয়া, চালে তিলে একসঙ্গে বাঁটিয়া রাখ।
আদা ছেঁচিয়া রস কর, অথবা মিহি করিয়া বাঁটিয়া রাখ।

ডালবাটা ফেটাও; ফেটাইবার কালে মখন দেখিবে খুব
শাদা হইয়া আসিয়াছে, তখন এক বাটা জলে একটু টোপ
ফেলিয়া দেবিবে; টোপ যদি ভাসিতে থাকে, তাহা হইলে বৃদ্ধি
করিতক হইয়াছে, তখন আর ফেটাইবার দরকার নাই।

ঐ ডাল বাটার সহিত এখন চাল ও তিল বাটা, লক্ষাশুঁড়া,

আঁধার রস এবং মুন মিশাইয়া রাখ ; দেড় কাঁচা জল দিয়া একটু পাতলা করিয়া লও।

বেগুন চাকা চাকা কাটিয়া ধোও ; বেগুনগুলিতে এক চুটকি মুন মাখিয়া রাখ।

তেল চড়াও ; তিন চার মিনিট পরে, তেলের ধোঁয়া উঠিতে থাকিলে, বেগুনগুলি গোলাতে ডুবাইয়া ডুবাইয়া ছ তিনখানি করিয়া ছাড়। এক এক খোলা ভাজা হইতে মিনিট ছ তিন করিয়া সময় লাগিবে। এই রকমে পটোল ভাজিলেও বেশ হয়।

১৭৪। মুগের বেগনি।

উপকরণ।—কাঁচা মুগের ডাল এক ছটাক, শকেনা আধছটাক, শাদা তিল এক কাঁচা, বেগুন পাঁচ কাঁচা, মুন তিন আনি ভর, ঘি দেড় ছটাক।

প্রণালী।—কাঁচা মুগডালগুলি ভিজাইতে দাও ; এক ঘন্টা পরে, ডালের খোসা তুলিয়া, বারংবার ধুইয়া পেন্ন বা মিহি করিয়া বাঁটিয়া রাখ। তিলগুলিও জলে ছাঁকিয়া পার্শ্কার করিয়া লও।

বেগুনগুলি চাকা চাকা করিয়া কাটিয়া ধোও, এবং এক চুটকি মুন মাখিয়া রাখ ; তের চোদ্দটা বেগুনের চাকা কাটিতে হইবে।

বাটা ডাল ভাল করিয়া ফেটাও ; জলে এক টোপ ফেলিয়া দেখ ; তামিলে পর আর ফেটাইতে হইবে না। এখন ইহাতে শকেনা, আন্ত তিল এবং মুন মিশাও। বেগুনগুলি গোলাতে মাখিয়া লও।

ঘি চড়াও ; মিনিট দুই পরে, তিন চারখানি করিয়া গোলা মাখান বেগুন ছাড়। লাল ও মুচ মুচে রকমের হইলে, নামাইতে

হইবে। এক এক খোলা ভাজা হইতে প্রায় মিনিট তিন করিয়া লাগিবে।

১৭৫। মুগের ফাঁপড়া।

উপকরণ।—কাঁচা মুগের ডাল এক কাঁচা, ময়দা তিন কাঁচা, আদা তিন কাঁচা, ময়দানের জল যি এক কাঁচা, আদা সিকিতোলা, কাঁচা লক্ষা ছুটি, মোবী ছ'আনিভর, হুন ছয় আনা ভর, বেগুন পাঁচ কাঁচা, যি আধ পোয়া।

প্রণালী।—কাঁচা মুগের ডাল জলে ভিজাইতে দাও; এক ঘণ্টা পরে ডালগুলি বেশ ফুলিয়া উঠিলে, খোসা তুলিয়া ধুইয়া লও। 'খচা খচা' করিয়া ডাল বাটিবে, অর্থাৎ ডাল মিহি করিয়া বাটিতে হইবে না।

আদা ও কাঁচা লক্ষা কুঁচাও, মোরী আধ-শুঁড়া কর, বেগুনগুলি চার চির করিয়া কাট এবং ধুইয়া হুন মাখিয়া রাখ।

ডাল মিনিট দুই তিন ধরিয়া ফেটাইয়া লও। ময়দাতে ময়দা-টুকু মাখ, ডালের সহিত এই ময়দা, আদা, কাঁচা লক্ষা কুঁচি, ও আধ-কোটা মোরি এবং হুন মিশাও; বেগুনগুলি এই গোলায় ডুবাও। এই গোলায়, বেগুনগুলি ভাল করিয়া মাখিয়া সাজাইয়া রাখ। যি চড়াও; যিঘের ধোঁয়া উঠিলে, হুইখানি করিয়া বেগুন ছাড়। হু তিন মিনিটের মধ্যে ভাজা হইয়া যাইবে।

১৭৬। পলতা বেগুন ভাজা।

উপকরণ।—পলতা আধ ছটাক, বেগুন এক ছটাক, হুন সিকিতোলা, তেল এক ছটাক।

প্রণালী।—কচি ডাঁটাগুহ পলতাপাতাগুলি হিঁড়িয়া লও;

যোটা তাঁটাগুলো ফেলিয়া যাও। বেগুন ডুমা করিয়া কাট। এইবারে পলতা ও বেগুন আলাদা আলাদা ধুইয়া রাখ; একটু একটু মুন মাখিয়া রাখ; মুন মাখাইবার মিনিট পাঁচ সাত পরে, তেল চড়াও। দুই মিনিট পরে, তেলের ঘোঁরা বাহির হইলে, পলতাগুলি একবার হাতে করিয়া নিংড়াইয়া তেলে ছাড়। প্রায় চার পাঁচ মিনিট পরে, যখন দেখিবে বেশ মুচমুচে হইয়াছে, তখন নামাইবে; তার পরে এই তেলেই বেগুন ছাড়িবে; মিনিট চার পরে বেগুন ভাল হইয়া গেলে নামাইবে। খাইতে দিবার সময় দুই একত্রে মিশাইয়া দিবে।

১৭৭। পলতার ফুলুরি বা বড়া।

উপকরণ।—পলতা এক কাঁচা, কাঁচা মুগের ডাল দেড়ছটাক, মুন মিকি তোলা, তেল দেড় ছটাক।

প্রণালী।—কাঁচা মুগের ডাল আনিয়া, মাটি, কাকড় ইত্যাদি বাছিয়া, জলে ভিজাইতে দাও। এক ঘণ্টা ভিজিলে পর, ইহার খোসা উঠাইয়া ফেলিতে হইবে। হাত দিয়া ডালগুলো রগড়াইয়া, তার পরে খানিকটা জল ঢালিয়া দিবে; পরে পাত্র কাত করিয়া জল ফেলিয়া দিবে, তাহা হইলে সেই সঙ্গে খোসাগুলিও অনেকটা পড়িয়া যাইবে; আবার পূর্বের মত জল ঢালিবে। এইরূপ কয়েক বার করিলে খোসা উঠিয়া যাইবে। শিলে ডাল বাটিয়া রাখ। পলতার ডাঁটা হইতে পাতাগুলি ছিঁড়িয়া লইয়া ধোও এবং বাট। এইবারে ডাল ও পলতা বাটা একটু মূনের সহিত ফোটাইয়া লও।

কড়ায় তেল চড়াও; মিনিট দুই পরে, তেলের ঘোঁরা বাহির

হইলে, চার পাঁচটি করিয়া বড়া ছাড়। প্রথম খোলা ভাজা হইতে প্রায় তিন মিনিট লাগিবে, কিন্তু তার পরের খোলা ভাজা হইতে ক্রমেই অপেক্ষাকৃত অল্প সময় লাগিবে। প্রায় উনিশ কুড়িখান্য বড়া হইবে।

১৭৮। পলতার সৈঁকা বড়া।

প্রণালী।—পলতার সৈঁকা বড়াতে পলতার ফুলুরিই মত উপকরণ লাগিবে, কেবল দেড় ছটাক তেলের স্থানে আধছটাক তেল লাগিবে। তাওয়ায় আধ তোলাটাক আন্দাজ তেল দিয়া প্রায় চার পাঁচখানি করিয়া বড়া একেবারে সৈঁকা যাইবে।

ভোজনবিধি।—জরের পরে পলতার বড়া পথ্য রূপে ব্যবহার করা যাইতে পারে।

১৭৯। কচি চালতা ভাজি।

উপকরণ।—কচি ছাড়ান চালতা এক ছটাক, মুন সিকি তোলা পাঁচকোড়ন দু'আনি ভর, সরিষা একআনি ভর, শুক্ল লব্ধা একটি, তেল দেড়ছটাক।

প্রণালী।—চালতার বাথরাগুলি ফুল হইতে খুলিয়া লও; বাথরার দুধারের আঁশ ছাড়াইয়া ফেল, তার পরে এক আঙ্গুলের সমান লব্ধা ও চণ্ডা করিয়া কাটি; ভাল করিয়া ধুইয়া রাখ।

তেল চড়াও; দুই মিনিট পরে একটি শুক্ল লব্ধা ছাড়, পরে পাঁচকোড়ন ও সরিষা ছাড়। কোড়নের চটপটানি লব্ধা খামিয়া গেলে, চালতা ছাড় এবং মুন দাও। দশ মিনিট ধরিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া ভাজ; যখন দেখিবে জল মরিয়া গিয়া চালতার গায়ে লাল্চে লাল্চে দাগ হইয়াছে, তখনি নামাইবে।

ইহা বড় কুচিকর।

আবদ্ধ শ্রাবণ মাসের কচি চালতা উঠিলে, এই রকম করিয়া ভাজিয়া থাইতে হয়।

ভোজনবিধি।—ইহা ফেন্সাভাত, শাদা ভাত, খিচুড়ির সহিত থাইতে ভাল লাগিবে।

১৮০। কঁকরোল ভাজা।

উপকরণ।—কঁকরোল আধপোয়া, সরিষা তেল এক ছটাক, মুন দুয়ানি ভর।

প্রণালী।—কঁকরোলের গায়ের কঁটা যতটা পার চাচিয়া ফেল; ধুইয়া মুন মাখিয়া রাখ; মিনিট দশ পরে ইহার জল বাহির হইলে, তবে ভাজিবে।

কড়ায় তেল চড়াও; মিনিট দুই পরে, তেলের ধোয়া উঠিলে পর, কঁকরোল ছাড়; বেশ লাল মুহুচে করিয়া ভাজিতে প্রায় মিনিট আট লাগিবে।

কঁকরোলকে মিঠা করোলাও বলিয়া থাকে। কঁকরোল ভাজা অনেকটা উচ্ছে ভাজার মত থাইতে লাগে।

১৮১। ডুমুর ভাজা।

উপকরণ।—ডুমুর এক ছটাক, জল দেড় পোয়া, তেল আধ ছটাক, মুন দুয়ানি ভর।

প্রণালী।—যজ্ঞি ডুমুরগুলি অর্ধেক বা চারতুকরা করিয়া কাট। দেড় পোয়া জল দিয়া সিদ্ধ করিতে চড়াও। মিনিট পনের কুড়ি সিদ্ধ হইলে, ডুমুরগুলিতে একটু মুন মাখিয়া তেলে ছাড়; পাঁচ মিনিট ভাজিয়া বেশ থটখটে হইলে, নামাইবে।

১৮২। হরফি আলু ভাজা।

উপকরণ।—আলু এক ছটাক, তেল বা ঘি আধপোয়া, মুন দুয়ানি ভর।

প্রণালী।—আলুর খোসা ছাড়াইয়া, ছোট ছোট হরফের আকারে কাটিয়া বানাও এবং ধোও।

কড়ায় তেল বা ঘি চড়াও; তিন মিনিট পরে তেলের ধোঁয়া উঠিলে পর, আলুতে এক চুটকি মুন মাখিয়া ছাড়; পাঁচ ছয় মিনিটের মধ্যে, কড়কড়ে ভাজা হইয়া যাইবে।

১৮৩। চাকা আলু ভাজা।

উপকরণ।—আলু আধ পোয়া, মুন এক চুটকি, ঘি আধ পোয়া।

প্রণালী।—আলুগুলি সব একরকম দেখিয়া বাছিয়া লইবে, তাহা হইলে ভাজা ভাল হইবে। এক সমান বানান হইলে ভাজাও এক সমান হইবে, অর্থাৎ কোনটা বা নরম থাকিবে না আর কোনটা পুড়িয়া যাইবে না।

আলুর খোসা ছাড়াইয়া কাগজের ঝায় পাতলা চাকা চাকা বানাইয়া জলে ফেল; প্রায় এক ঘণ্টা কি আধ ঘণ্টা ভিজিলে পর, ভাজিবার মিনিট দশ আগে, জল হইতে উঠাইয়া একটি মোটা কাপড়ে জড়াইয়া ঝাড়িয়া লও, সব জল শুকাইয়া যাইবে।

এইবারে ঘি চড়াও; প্রায় দুই মিনিট গরম হইলে, আলুগুলিতে একটু মুন মাখিয়া ঘি ছাড়। সাত আট মিনিট পরে, আলুগুলি বেশ ঝড়ঝড়ে করিয়া ভাজা হইলে, আর একটি শুক্ল কাপড়ে অথবা পাতলা কাগজের উপরে রাখিয়া দিবে; সব ঘি টানিয়া লইবে।

আলু মাঝারি আঁচে ভাজিতে হয়, অল্পতরু হইবে না অথচ খুব নরম আঁচও হইবে না।

আলু ভাজিতে বেশী বি চড়াইলেও খুব কম বি পোড়ে, প্রায় যেমন বি তেমনই থাকে।

১৮৪। সিমাই আলুভাজি।

উপকরণ।—আলু আধ পোয়া, তেল বা বি এক পোয়া, ছুন সিকি তোলা।

প্রণালী।—বানাইবার গুণে, এই আলুভাজির নাম সিমাই-আলুভাজি হইয়াছে। এই রকম করিয়া আলু বানাইলে বেশ দেখিতে হয়।

প্রথমে আলুর খোলা ছাড়াও; ডান হাতে ছুরি ধর আর বাঁ হাতে আলু ধর,—ডান হাতের বুড়ো আঙ্গুল একটু বাড়াইয়া দিয়া আলু এবং ছুরিকে ঠিক রাখ, যেন কোনটাই নড়িতে না পায়। তার পরে বাঁ হাতে আলু ঘুরাইয়া ঘুরাইয়া যাইবে, আর ডান হাতের ছুরি দিয়া ঠিক দুই আঙ্গুল চওড়া এবং পাতলা ফিতার মত করিয়া বানাও। এই ফিতা আবার গুড়াইয়া লইয়া সৰু সৰু করিয়া কাটি; তাহা হইলে দেখিবে, ঠিক এক একটা লম্বা সুতার মত দেখিতে হইয়াছে। এই আলুর সুতাগুলি জলে ধুইয়া জল ঝরাইতে দাও।

তেল চড়াও; তেল পাকিতে আট নয় মিনিট লাগিবে। দু'তিন মিনিটের মধ্যে বোঁয়া উঠিয়া গেলেও ব্যস্ত হইবার আবশ্যক নাই। বেশীক্ষণ তেলটা পাকিলে তেলের এক রকম গন্ধ বাহির হইবে, আর মনে হইবে যেন তেলটা খুব হালকা হইয়া

গিয়াছে; সেই সময় আলুতে হুন মাখিয়া তেলে ছাড়। ইহা মুচমুচে করিয়া ভাজিতে মিনিট চার লাগিবে।

১৮৫। ডুমা আলুভাজা।

উপকরণ।—আলু আধ পোয়া, তেল এক ছটাক, এক চুটকি হুন।

প্রণালী।—আলুর খোসা ছাড়াইয়া ডুমা স্থপারির ত্রায় অথবা ছোকার আলুর ন্যায় বানাও, এবং ধুইয়া হুন মাখিয়া রাখ।

কড়ায় তেল চড়াও; দুই মিনিটের মধ্যে তেলের ধোঁয়া উঠিলে, আলু ছাড়; আলুর রং বাদামী হইয়া আসিলে নামাইবে। ইহা প্রায় তিন চার মিনিটের মধ্যে ভাজা হইয়া যাইবে।

১৮৬। আস্ত আলুভাজা।

উপকরণ।—আলু আধ পোয়া, ঘি এক ছটাক, হুন দুইআনি ভর, গোলমরিচগুঁড়া একআনি ভর।

প্রণালী।—আলুর খোসা ছাড়াইয়া জলে কেলিয়া ভাল করিয়া ধুইয়া লও, তার পরে আলুতে তিন চার বার কাঁটা মারিয়া লও। জলে আলুগুলা সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও; প্রায় মিনিট কুড়ি সিদ্ধ হইলে পর নামাইয়া জল ঝরাইয়া ফেল।

তৈয়ে বা কড়ায় এক ছটাক ঘি চড়াও। দুই মিনিট পরে ঘিষের ধোঁয়া উঠিতে আরম্ভ হইলে আলু ছাড়, আলুর উপরে একটু হুন ছড়াইয়া দাও; মিনিট দুই উল্টাইয়া পাটাইয়া দিবার পর সামান্য ভাজা ভাজা হইলে গোলমরিচ গুঁড়া ইহার উপরে ছড়াইয়া দাও। আরো তিন মিনিট ভাজা হইলে যখন দেখিবে আলুর গা কুঁচকাইয়া লাগিতে রকমের হইয়া আসিয়াছে, তখন নামাইয়া অগ্নিপাত্র উঠাইয়া রাখিবে।

ভোজন বিধি।—এই আলু ঘিভাতের সঙ্গে কি খিচুড়ির সঙ্গে খাইতে ভাল ; মাংসের চপ ও রোটের সঙ্গেও দেওয়া হয় ।

১৮৭। আলুর পুরন।

উপকরণ।—আলু এক পোয়া, কিসমিস কুড়িটা, বাদাম পাঁচটা, পেঁয়াজ এক ছটাক, নারিকেল আধ কাঁচা, তিল এক কাঁচা, সিকার আচারের কাঁচা লক্ষা বা শুদ্ধ কাঁচা লক্ষা দুইটি, ঘি আধপোয়া, নুন প্রায় আধ তোলা, গরম মশলার গুঁড়া সিকি তোলা, দুধ আধ ছটাক, ময়দা আধকাঁচা, বিস্কুট আধ ছটাক, আদা আধ তোলা, শুক্ক লক্ষা বাটা সিকি তোলা, পুদিনা পাতা বারটা ।

প্রণালী।—আলুর খোসা ছাড়াইয়া জলে সিদ্ধ করিতে দাও । শুক্ক শিলে বিস্কুট গুঁড়াইয়া রাখ । তিল এক বাটা জলে ফেলিয়া ছাঁকিয়া লও । তিল, আদা ও আধখানি শুক্ক লক্ষা বাঁটিয়া রাখ । আলু সিদ্ধ হইলে আলুও বাঁটিয়া রাখ । বাদাম এবং নারিকেল পিষিয়া রাখ ।

কিসমিসগুলি কুঁচা কর । সিকার আচারের বা শুদ্ধ কাঁচা লক্ষা, পুদিনা পাতাগুলি ও আধ ছটাক পেঁয়াজ কিমা অর্থাৎ খুব ছোট ছোট কুঁচ করিয়া কাটিয়া রাখ এবং অবশিষ্ট আধ ছটাক পেঁয়াজ সাইস সাইস করিয়া কাট ।

আলুতে তিল বাটা, আদা বাটা, শুক্ক লক্ষা বাটা, সিকি তোলাটাক নুন, দুয়ানি ভর গোলামরিচ গুঁড়া ও দুয়ানি ভর গরম মশলার গুঁড়া, সব একত্রে মাখিয়া রাখ ।

আধ ছটাক ঘি চড়াও । ঘিয়ে সাইসকাটা পেঁয়াজগুলি ছাড় ; মিনিট চার পেঁয়াজগুলি ঘিয়ে নাড়াচাড়া করিয়া

কিসমিস-কুচিগুলি ছাড়। আরো দু তিন মিনিট ভাজিয়া নামাইয়া ফেল। এই পেঁয়াজভাজা ও কিসমিসভাজার সহিত বাদাম বাটা, নারিকেল বাটা, কুঁচা করা পেঁয়াজ, পুদিনা পাতা ও কাঁচা লক্ষা, ছয়ানি ভর গরমমশলার গুঁড়া, ছয়ানি ভর গোলমরিচগুঁড়া এবং প্রায় তিন আনি ভর নুন মিশাইয়া লও। এইটি পুর হইল।

এইবারে আলুর চারখানি চাকি গড়। দুইটা চাকির উপরে পুর রাখিয়া অল্প দুইটা চাকি প্রথম দুইটার উপরে ঢাকা দিয়া চারিদিক টিপিয়া টিপিয়া বন্ধ করিয়া দাও। ইহাতে সর্বশুদ্ধ দুইটা পুরিন হইল।

গোলা করিবার জন্ত আধ ছটাক ভূধে আধ কাঁচা নয়দা ও এক চুটকি নুন মিশাইয়া তিন চারিবার ফেটাইয়া লও।

একটি চেপটা পাত্রে বিস্কুটের গুঁড়া ছড়াইয়া রাখ। মাফিন ছুটি গোলাতে ডুবাও আর বিস্কুটের গুঁড়ার উপরে ফেল। বতদূর পার ভাল করিয়া বিস্কুটের গুঁড়া ইহার চারিদিকে মাখিয়া লও।

তৈয়ে বা কড়ায় ঘি চড়াও; তিন চার মিনিট পরে ঘিঘের ধোঁয়া উঠিলে পুরিনগুলি ছাড়। তিন মিনিটের মধ্যে ভাজা হইয়া যাইবে।

১৮৮। দোমেবা কোণ্টা।

উপকরণ।—আলু আটটা, ডেলাক্ষীর এক ছটাক, কাঁচা কলাই গুঁটি এক ছটাক, ঘি আধ পোয়া, তেজপাতা একখানি, পেঁয়াজ আধ ছটাক, নুন সিকি তোলা, ভাজা জীরাগুঁড়া ছয়ানি ভর, ভাজা ধনে গুঁড়া ছয়ানি ভর, শুকু লক্ষা বাটা সিকি তোলা, বাদাম পাঁচটা, তিনটা কাঁচা লক্ষা, নয়দা আধ কাঁচা, শফেদা

আধ কাঁচা, গরম মশলার গুঁড়া ছয়ানি ভর (একটি ছোট-এলাচ, চারটি লবঙ্গ, আধ গিরা দারচিনি এই হিসাবে লইয়া কুটিয়া বা শিলে পিষিয়া রাখিবে।)

প্রণালী।—ধনে ও জিরা আলাদা আলাদা কাঠখোলায় চমকাইয়া গুঁড়াইয়া রাখ। কাঁচা লবঙ্গ কয়টি কুঁচাইয়া রাখ।

কাঁচা কলাই গুটির খোলা ছাড়াইয়া মোলায়েম করিয়া পিষিয়া রাখ। ক্ষীরটুকু বাঁটিয়া লও। পেঁয়াজ সুাইস কাটিয়া রাখ। বাদাম কয়টি ভিজাইয়া খোসা উঠাইয়া ক্ষীরের সহিত বাঁটিয়া রাখ।

এক ছটাক ঘি চড়াও। সুাইসকাটা পেঁয়াজগুলি ধুইয়া এই ঘিয়ে ভাজিয়া লও। সর্বশুদ্ধ মিনিট আট দশের ভিতর সূচমুচে ভাজা হইয়া যাইবে। পেঁয়াজ তুলিয়া এক কাঁচাটাক ঘি তৈয়ে বা কড়ায় রাখিয়া অবশিষ্ট ঘি আর একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখ; এইবারে কড়ায় কাঁচা কলাইগুটি বাঁটা এবং একখানি তেজপাতা ছাড়। মিনিট তিন নাড়িয়া চাড়িয়া কলাই-গুটির কাঁচা হালসেটে গন্ধ নারিয়া লও।

ভাজা পেঁয়াজ পিষিয়া রাখ।

আলু, ক্ষীর, কলাইগুটি, ভাজাপেঁয়াজ বাঁটা, হুন, গরম মশলার গুঁড়া, ভাজা ধনে ও জিরা গুঁড়া, লবঙ্গ বাঁটা, কাঁচা লবঙ্গ কুচি, ময়দা ও শফেদা, সব একত্রে মিশাইয়া লও, ইহাকে পিটিমাখা বলে। তারপরে পনেরটা গোলা বানাও।

পেঁয়াজ ভাজা ঘি আর বাকী এক ছটাক ঘি চড়াইয়া দাও। তাহাতে এক একবারে তিন চারিটা করিয়া গোলা ছাড়িয়া ভাজ। দু তিন মিনিটের মধ্যে গোলাগুলির যেই লাগচে রং হইয়া আসিবে তখন নামাইবে।

ইহা শীতকালে থাইবার জিনিষ।

১৮৯। থোড় ভাজা।

উপকরণ।—কচি থোড় এক পোয়া, তেল এক ছটাক, গুলা লক্ষা একটা, নুন সিকি তোলা, তিন রতি ক্ষার।

প্রণালী।—কচি থোড়ের উপরের খোলা ছাড়াইয়া ওজন করিয়া এক পোয়া থোড় লও; আন্ধাজ এক হাত লম্বা একটা থোড় লইলেও হইতে পারে।

থোড় কুচি কুচি করিয়া কাটিয়া, ধুইয়া, তাহাতে নুন মাখিয়া রাখ। মিনিট দশ পরে ইহা নিংড়াইয়া যতটা জল বাহির করিয়া ফেলিতে পার কর।

কড়ায় তেল চড়াও; দুই মিনিট পরে একটা লক্ষা ফোড়ন দাঁও; লক্ষার গাঢ় লালচে রং হইয়া আসিলে থোড় ছাড়; নাড়িয়া নাড়িয়া ভাজ; মিনিট পাঁচ ভাজা হইলে ক্ষারটুকু দাও, তার পরে আরো তিন মিনিট ভাজিয়া নামাইবে। সর্বশুদ্ধ প্রায় আট নয় মিনিট ভাজিলে তবে বেশ মুচমুচে হইবে।

ইহা ঘিভাতের সহিত খাইতে ভাল লাগে।

আগামে অঞ্চলে ক্ষার দিয়া খাইয়া থাকে; ক্ষারটুকু না দিলেও হয়।

১৯০। কুঁচা পেঁয়াজ ভাজা বা পেঁয়াজ ত্রণ।

উপকরণ।—পেঁয়াজ আধ পোয়া, ঘি দেড় ছটাক।

প্রণালী।—পেঁয়াজের উপরের খোসা ছাড়াইয়া প্রথমে আধখানা করিয়া কাট, তারপরে লম্বা দিকে পাতলা পাতলা স্লাইস করিয়া কাট। পেঁয়াজগুলি ধুইয়া লও।

যি চড়াও; হুই মিনিট পরে ঘিরের ধোঁয়া উঠিলে সুাইসকাটা পেরোজগুলো ছাড়, হু একবার নাড়িয়া চাড়িয়া দাও। তার পরে ক্রমে যখন দেখিবে ঘিরের শাঁ শাঁ আওয়াজ হইতেছে, তখন যন যন পেরোজগুলো নাড়িবে; সাত আট মিনিটের মধ্যেই মুচমুচে ভাজা হইয়া যাইবে।

পেরোজ ভাজা হইয়া গেলে ঠাণ্ডাতে রাখিবে না, ঠাণ্ডাতে রাখিলে মিইয়া যাইবে। উনানের পার্শ্বে বা উনানের উপরে বে হাঁড়ি চড়ান থাকিবে তাহার ঢাকনার উপরে রাখিয়া দিবে তাহা হইলে বেশ মুচমুচে থাকিবে।

তোজন বিধি।—পেরোজ ভাজা, পোলাও, খিচুড়ি, ঘি ভাত ও অন্যান্য অনেক খাবারের সঙ্গে খাইতে হয়। ইহা লুচির সহিত খাইতেও বেশ লাগে।

সর্দি কাশীতে মুখ খারাপ হইলে ইহা বড় কচিকর হয়।

১১১। কুঁচা পেরোজভাজা (দ্বিতীয় প্রকার)।

উপকরণ।—পেরোজ আধ পোয়া, তেল এক পোয়া।

প্রণালী।—পেরোজের খোসা ছাড়াইয়া সুাইস সুাইস কাটিয়া, ধুইয়া লও।

তেল চড়াও; তেল মিনিট নয় পাকিতে দাও। হু তিন মিনিটের মধ্যে তেলের ধোঁয়া উঠিয়া যাইলেও তাহার উপরে আরো পাঁচ ছয় মিনিট পাকিতে দিবে, তাহা হইলে দেখিবে তেলের যন ভাব চলিয়া গিয়া বেশ হালকা হইয়া গিয়াছে; এই সময় পেরোজ কুচি ছাড়িবে। তিন চার মিনিটের মধ্যে পেরোজগুলি মুচমুচে ভাজা হইয়া যাইবে।

১২২। সিদ্ধ আস্ত পৈয়াজভাজা ।

উপকরণ।—বড় পৈয়াজ আধ পোয়া, ঘি আধ ছটাক, জল দেড় পোয়া ।

প্রণালী।—পৈয়াজগুলি জলে সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও ; মিনিট আট সিদ্ধ হইলে পর, নামাইয়া জল ঝরাইয়া রাখ ।

ঘি চড়াও ; মিনিট দুই পরে ঘিয়ের ধোঁয়া উঠিলে সিদ্ধ পৈয়াজগুলি ছাড় । মিনিট তিন চারের মধ্যে পৈয়াজগুলি ভাজা হইয়া যাইবে ; উপরের ছাল লালচে হইয়া যাইলেই বুদ্ধিবে ভাজা ঠিক হইয়াছে ।

ভোজন বিধি।—এই রকম পৈয়াজভাজা থিচুড়ি, মাংসের রোট, চপ ইত্যাদিতে খাইতে দেয় ।

১২৩। আস্ত পৈয়াজভাজা ।

উপকরণ।—পৈয়াজ আধ পোয়া, ঘি বা তেল এক ছটাক ।

প্রণালী।—দিশি পৈয়াজ অথবা পাটনাই পৈয়াজ ছোট দেখিয়া লও । উপরের খোসা ছাড়াইয়া কেল ।

ঘি চড়াও ; পৈয়াজ ছাড় ; মিনিট চার পাঁচের মধ্যে ভাজা হইয়া যাইবে ।

ভোজন বিধি।—থিচুড়ির সহিত খাইতে ভাল । মাংসের কাটি-লেট, চপ ইত্যাদি শুক ডিসের সহিতও দেওয়া যায় ।

১২৪। পৈয়াজের দোআ ভাজি ।

উপকরণ।—বড় পৈয়াজ নয় কাঁচা, ঘি সাত কাঁচা, ময়ুর বা ছোলার ডাল আধ ছটাক, কাঁচা লব্ধা চারিট, জল আধ পোয়া,

হুন সিকি তোলা, দুধ আধ ছটাক, ময়দা এক কাঁচা, গরম মশ-
লার গুঁড়া দুয়ানি ভর, গোলমরিচ গুঁড়া দুয়ানি ভর।

প্রণালী।—একটি হাঁড়িতে এক কাঁচা ঘি চড়াও। ঘিয়ে এক
কাঁচা পেঁয়াজ কুচি, দু তিনটা কাঁচা লবঙ্গ কুচি ছাড়; দু তিনবার
নাড়িয়া চাড়িয়া আধ ছটাক মসুর ডাল ছাড়; নাড়িয়া ঢাকা দাও।
হাঁড়ি মাঝে মাঝে ঢাকা খুলিয়া নাড়িয়া দিতে হইবে। হুন ছাড়।
এইরূপে প্রায় তিন মিনিটকাল কদা হইলে, আধ পোয়াটাক জল
দিয়া আবার ঢাকা দাও। প্রায় আট দশ মিনিট পরে ডাল বেশ
সিদ্ধ হইয়া গেলে এবং জল মরিয়া গেলে পর, গোলমরিচ গুঁড়া
ছাড়; নাড়িয়া চাড়িয়া নামাও। গরম মশলার গুঁড়াটুকু শেষে
মাখিয়া রাখ।

পাটনাই পেঁয়াজের মধ্যে যতটা পার বড় দেখিয়া বাছিয়া
লইবে। পেঁয়াজের উপরের খোসা ছাড়াইয়া জলে সিদ্ধ করিতে
দাও। মিনিট দশের মধ্যে সিদ্ধ হইয়া গেলে নামাইয়া পেঁয়াজগুলি
বাহির করিয়া লও; পেঁয়াজ একটু ঠাণ্ডা হইয়া আসিলে পর,
পেঁয়াজের পাপড়ি খুলিতে আরম্ভ কর।

প্রথমে পেঁয়াজের লম্বানিকে একটা আলগা ভাবে চির দাও,—
যাহাতে সবটা একেবারে আধখানা হইয়া কাটিয়া না যায়, অথচ
সহজে পাপড়িগুলি খুলিতে পারা যাইবে। পেঁয়াজের একটা পাপড়ি
খুলিলে ক্রমে অল্প গুলা বেশ সহজে খোলা যাইবে। এই এক
একটা পাপড়িতে এক একটা দোয়া হইবে।

এইবারে প্রত্যেক পাপড়ির ভিতরে কিছু (যতখানি ধরে)
পুর ভরিয়া ক্রমে পাপড়িটা গড়াইয়া লইয়া মুড়িয়া ফেল। সব
পাপড়ি গুলির ভিতরে এই রকমে পুর ভরিয়া ফেল।

একটি বাটীতে দুধ ও ময়দা গুলিয়া রাখ।

তৈয়ে বা কড়ায় দেড় ছটাক ঘি চড়াও; দু তিন মিনিট পরে পেরোজের দোআগুলি একে একে গোলাতে ডুবাও আর ঘিরে ভাজ। এক একবারে তিন চারিটা করিয়া দোআ ছাড়। এক এক খোলা ভাজা হইতে প্রায় মিনিট পাঁচ করিয়া লাগিবে। ইহা নরম আঁচে ভাজিতে হইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা চা পানেও বেশ চলিতে পারে।

১২৫। মিছা বড়া।

উপকরণ।—পোস্তদানা এক ছটাক, স্নজি এক কাঁচা, আদা আধ তোলা, কাঁচা লবঙ্গ দুইটা, মুন প্রায় সিকি তোলা, সরিষা তেল বা ঘি আধ পোয়া।

প্রণালী।—এক বাটা জলে পোস্তদানাগুলি ফেল; তাহা হইলে বাটীর তলায় বালি ও কাঁকড় প্রভৃতি পড়িয়া যাইবে। এই পোস্তদানাতে স্নজি মাখ, আধ তোলা আদা, কাঁচা লবঙ্গ কিমা এবং মুন মিলাও।

তৈয়ে বা কড়ায় তেল চড়াও; প্রায় তিন মিনিট তেল পাকিলে ছোট ফুলুরির স্তায় গোল করিয়া অথবা একটু চেপটা গড়ন করিয়া বড়াগুলি তেলে ছাড়। বেশ শক্ত হইয়া ভাজা হইলে এগুলি উঠাইয়া আবার অল্পগুলি ছাড়। এক এক খোলা ভাজা হইতে প্রায় তিন মিনিট করিয়া লাগিবে। ইহাতে নয়টা বড়া হইবে। ইহা দেখিতে এবং খাইতে অনেকটা মাছের ডিমের মত হয়।

ভোজন বিধি।—ভাত, বিচুড়ির সহিত খাইতে হয়। বর্ষাকালে মুড়ি, সাঁতলা ভাজার সহিত খাইতে দিলেও চলে।

১২৬। মিছা বড়া (দ্বিতীয় প্রকার)।

উপকরণ।—পাকা ডুমুরের বিচি এক ছটাক, ছোট মটর ডাল

আধ ছটাক, কাঁচা লক্ষা চারিটা, মুন দুই চুটকি, তেল দেড় ছটাক।

প্রণালী।—বেশ পাকা দেখিয়া ডুমুর আনিবে। তার পরে আপেলের কি আমের যেমন ঘুরাইয়া ঘুরাইয়া খোলা ছাড়ান হয়, সেই রকম করিয়া ডুমুরগুলির উপরের খোলা ছাড়াও, তাহা হইলে ভিতরের সমস্ত বিচিটা পাইবে। বিচির উপরে যদিও একটু আধটু শাঁস থাকিবে, তাহাতে কিছু হানি নাই।

ষতটা ডুমুরের বিচি বাহির হইবে ঠিক সেই পরিমাণে ডাল-বাঁটাও হওয়া চাই, অর্থাৎ ডুমুর বিচি যদি এক ছটাক হয়, তো বাঁটা ডালও এক ছটাক লইতে হইবে। আধ ছটাক শুক্ক ডাল ভিজাইয়া তার পরে বাঁটিলেই প্রায় ওজনেও এক ছটাক হইবে। এই কারণে ডুমুর বিচি এক ছটাক ওজনের হইলে শুক্ক মটর ডাল আধ ছটাক ওজনের লইতে হইবে।

কাঁচা লক্ষা কয়টি কিমা করিয়া রাখ।

ভিজান ডাল মিহি করিয়া পিষিয়া লও, তার পরে ফেটাও, ক্রমে ডুমুর বিচি এবং কাঁচা লক্ষা কুচি মেশাও। তার পরে তেলে ভাজিবার আগেই মুন মিশাইয়া বড়া গড়িবে। ইহাতে আটটি গিলার ন্যায় চেপটা বড়া গড়।

তৈয়ে তেল চড়াও; মিনিট দুই পরে তেলের ধোঁয়া উঠিতে আরম্ভ হইলে পর, তিন চারখানি করিয়া বড়া ছাড়। হু তিন মিনিটের মধ্যে ভাজা হইয়া যাইবে। ইহার উপরের দুই পিট লাল হইয়া বেশ শক্ত হইয়া যাইবে। অনেকটা পোস্তদানার বড়ার ন্যায় গন্ধ হয়।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, খিচুড়ি প্রভৃতির সঙ্গে, চা-পানে ও সুড়ির সঙ্গে খাইতে পারা যায়।

১২৭। শাকেরড়া।

উপকরণ।—নটেশাক এক কাঁচা, ময়দা এক ছটাক, বেশন এক ছটাক, ঘি আধ পোয়া, কাঁচা লঙ্কা চারিটা, আদা আধতোলা আস্ত জিরা ছয়ানি ভর, মুন দুই চুটকি, জল দেড় ছটাক।

প্রণালী।—বেশ কচি দেখিয়া নটেশাকের গাছি বাছিয়া লইবে। প্রত্যেক গাছির আগায় যে কাড়ের মত থাকিবে, সেই কাড়ের দিকটাই এক আঙ্গুল সমান লম্বা করিয়া কাটিয়া লও। শাকগুলি ভাল করিয়া ধুইয়া লও, বেন বালি ইত্যাদি না থাকে।

ময়দাতে আধ কাঁচা ঘিয়ের ময়দান মাখ, তার পরে কাঁচা লঙ্কা কুচি, আদা কুচি এবং আস্ত জিরা মিশাও, তার পরে বেশন এবং জল মিশাইয়া ফেটাও। ভাজিবার ঠিক আগে মুন মিশাইয়া আবার একবার ফেটাইয়া লইবে।

ঘি চড়াও; দুই মিনিট পরে ঘিয়ের ধোঁয়া উঠিলে দু তিন গাছি শাক একত্রে ধরিয়া গোলাতে ডুবাও, আর ঘিয়ে ছাড়। বেশ ভাজা ভাজা হইলে নামাইবে। প্রত্যেক খোলা ভাজা হইতে আড়াই মিনিট কি তিন মিনিট সময় লাগিবে। নরম আঁচে ভাজিবে। গরম গরম খাইতে দিবে।

১২৮। পাকা কাঁটালের ভুতি ভাজা।

উপকরণ।—কাঁটালের ভুতি এক ছটাক ওজননের, শফেদা আধ ছটাক, বেশন আধ ছটাক, বাটা হলুদ সিকিতোলা, গুলা লঙ্কা আধখানা, কাঁচা লঙ্কা তিনটা, মুন সিকি তোলা, ঘি বা তেল সাত কাঁচা, জল তিন নোট (প্রায় এক ছটাক)।

প্রণালী।—কাঁটালের মধ্যে খোড়ের মত লম্বা যে মেকদও থাকে, তাহাকে ভুতি বলে। ভুতির মুখে যেখান হইতে বোটা

আরম্ভ হইয়াছে সেখানটা কাটিয়া ফেল, তারপরে চাকা চাকা কাটি। দেড় পোয়া জলে সিকি তোলা হলুদ বাটা, ও চাকা চাকা কাটা ভূতিগুলি ছাড়িয়া, মাটির বা কলাইকরা পাत्रে সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। নাড়িতে হইলে কাঠের হাতা দিয়া নাড়িবে, লোহার হাতার নাড়িলে কবে কাল হইয়া যাইতে পারে। প্রায় কুড়ি মিনিট সিদ্ধ হইলে পর নামাইবে, ইহার ষেটুকু জল থাকিবে জল ঝরাইয়া রাখিবে, কিন্তু নামাইবার আগে টিপিয়া দেখিবে যে ভূতিগুলি সিদ্ধ হইয়াছে কি না। যদি টিপিলে সহজেই ভাঙ্গিয়া যাইতেছে দেখ, তাহা হইলেই বুঝিবে ঠিক সিদ্ধ হইয়াছে।

এইবারে তেল চড়াও। এক মিনিট কি দেড় মিনিট পরে, ভূতিগুলিতে ছয়ানিভর বাটা হলুদ, শুকালকা বাটা বা শুকালকা শুঁড়া এবং এক চুটকি মুন মাখিয়া, তেলে ছাড়; দু তিন মিনিট কসিয়া একটু ভাজা ভাজা হইলে পর নামাও।

শফেদা ও বেশন, জলে গুলিয়া ফেটাও; ভাজিবার ঠিক আগে ইহাতে কাঁচা লকা কুচি ও মুন মিশাইয়া লও। ঘি চড়াও; মিনিট দু তিন পরে ঘিের ধোঁয়া উঠিলে ভূতিগুলি গোলাতে ডুবাইয়া ঘিয়ে ছাড়। চার পাঁচখানি করিয়া এক এক বারে ছাড়িবে। প্রত্যেক খোলা ভাজা হইতে মিনিট দুই তিন সময় লাগিবে।

১২২। কাঁচকলার কোণ্ডা।

উপকরণ।—খোলাগুচ্ছ কাঁচকলা তিন ছটাক, খোলাগুচ্ছ কাঁটাল বিচি দেড় ছটাক, স্নজি এক ছটাক, ঘি সাত কাঁচা, কিসমিস সিকতোলা, নেবু একটা, ছোট এলাচ দুইটা, লঙ্গ ছয়টা,

দারচিনি সিকি তোলা, জায়ফল সিকিখানা, ভাজা জিরাগুঁড়া সিকি তোলা, ভাজা ধনেগুঁড়া সিকি তোলা, শুক্লা লঙ্কাগুঁড়া দুই আনাভর, তিনটা কাঁচা লঙ্কা, আদা আধ তোলা, ময়না আধ ছটাক, শফেদা এক তোলা, মুন সিকি তোলা।

প্রণালী।—কাঁচকলা দুই কি তিন খণ্ডে কাটিয়া, তাহার খোলা ছাড়াইয়া জলে ফেল। কাঁটাল বিচিরও শাদা খোলা এবং ভিতরের লাল খোসা ছাড়াইয়া জলে ফেল। কাঁচকলা ও কাঁটাল-বিচি ধুইয়া একটি হাঁড়িতে (লোহার পাত্রে রান্না মোটেই ভাল না, কাল হইয়া যাউবে) জল দিয়া সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। কাঁটালবিচি সিদ্ধ হইতে দেৱী হইবে, কাঁচকলা শীঘ্রই সিদ্ধ হইয়া যাইবে। প্রায় মিনিট পনের কাঁচকলা সিদ্ধ হইলে উঠাইয়া লইবে, কিন্তু কাঁটালবিচি আরো খানিকক্ষণ সিদ্ধ হউক। কাঁটাল বিচি প্রায় পঁচিশ ত্রিশ মিনিট সিদ্ধ হইলে তবে নামাইবে। জল ঝরাইয়া ঠাণ্ডা হইতে দাও।

সুজিতে এক কাঁচা ঘিের ময়ন আর দুই চুটকি মুন মাখ। কাঁটালবিচি এবং কাঁচকলা হাতে করিয়া যতদূর পার মোলায়েম করিয়া চটকাইয়া সুজির সহিত মাখ। সুজিতে শফেদাও ঠাণ্ডা ; সুচির ময়নার মত খাশিয়া মাখ এবং তাল করিয়া রাখ।

কিসমিসগুলি ধুইয়া বোঁটা ছাড়াইয়া কুঁচাও। আদা ও কাঁচা লঙ্কা কুঁচাও। গরম মশলাগুলি (এলাচ, লঙ্গ ও দালচিনি) জায়ফল সমেত কুটিয়া রাখ। কিসমিস, আদা, কাঁচা লঙ্কা, গরম মশলারগুঁড়া, শুক্লা লঙ্কারগুঁড়া, ভাজা জিয়ার ও ভাজা ধনের গুঁড়া ও এক চুটকি মুন একত্র মিশাইয়া নেবু রস দিয়া মাখ। ইহাই পুর হইল।

কাঁচকলা প্রভৃতিমাখা সুজির তাল হইতে নয়টী কি দশটী

নেচি কাট। প্রত্যেক নেচি চৌঙার মত করিয়া পাকাইয়া উহার ভিতরে কিগমিসের পুর পোর; মুখ বন্ধ করিয়া গিলার জায় চেপটা গড়ন কর। কোপ্তাগুলিতে গুরু ময়দাশুঁড়া মাখিয়া ঝাড়িয়া ঝাড়িয়া রাখ।

তৈয়ে বা কড়ায় ঘি চড়াও; দু তিন মিনিট পরে ঘিঘের ধোঁয়া উঠিলে দুইখানি করিয়া কোপ্তা ছাড়। দু পিট লাল হইয়া ভাজা হইলে নামাইবে। এক এক খোলা ভাজা হইতে প্রায় তিন চার মিনিট লাগিবে। নরম আঁচে ভাজিতে হইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত ও খিচুড়ি প্রভৃতির সহিত এবং চা-পানেও চলিতে পারে।

২০০। কচি ডুমুরের কোপ্তা।

উপকরণ।—ডুমুর আড়াই ছটাক, বাসি পাউকটী এক ছটাক, দুধ এক ছটাক, আদা আধতোলা, পেঁয়াজ আধ কাঁচা, মুন সিকি তোলা, ছোট এলাচ একট, লঙ্গ চারিট, দারচিনি সিকি গোলা, ঘি দেড় ছটাক।

প্রণালী।—কচি দেখিয়া টাটকা ডুমুর আনিয়া, দুই ভাগ কি চার ভাগ করিয়া কাট। ডুমুরগুলি ধুইয়া প্রায় তিন পোয়া-টাক জলে সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। সিদ্ধ হইতে মিনিট কুড়ি, পঁচিশ লাগিবে। শেষাশেষি দু চারটা ডুমুর উঠাইয়া দেখিবে, বেশ সিদ্ধ হইয়া গিয়াছে কি না; সিদ্ধ হইয়া গিয়াছে দেখিলে নামাইয়া জল করাইতে দিবে। ডুমুরগুলি শিলে বাটিয়া লও।

পাউকটী অন্ন ভেদে ভিজাইয়া বেশ আঁট রকম করিয়া

মাখিবে। বেশী ছ্বে ভিজাইলে গলা হইয়া যাইবে। ডুমুর বাটলে তো একটু গলা হইবেই, ইহার উপর আবার কটীও গলা হইলে কোপ্তা ভাজা যাইবে না, ছাড়িয়া যাইবে।

আদা, কাঁচা লঙ্কা ও পেঁয়াজ কিমা করিয়া অর্থাৎ খুব কুচি কুচি করিয়া রাখ।

বাঁটাডুমুর, ও মাখা পাঁউরুটী একত্র মিশাইয়া তাহাতে আদা, কাঁচা লঙ্কা, পেঁয়াজকুচি, নুন, গরমমশলার গুঁড়া, গোলমরিচ-গুঁড়া এই সব একত্র মাখ। গিলার ছায় চেপটা করিয়া দশটী কোপ্তা গড়।

তৈয়ে বা কড়ায় বি চড়াও; ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইলে, তিন চারটী করিয়া কোপ্তা একেবারে ছাড়। এক এক খোলা তিন চার মিনিটের মধ্যে ভাজা হইয়া যাইবে।

ভোজনবিধি।—ইহা তাত ও খিচুড়ির সঙ্গে, এবং রাস্তিতে ভুটুর সঙ্গেও চলিতে পারে।

২০১। কচুড়াটি ভাজা।

উপকরণ।—কচুশাক আধ ছটাক, তেল এক মাঝারি ডামচ, পেঁয়াজ এক কাঁচা, পাঁচকোড়ন ছয়ানি ভর, গুরু লঙ্কা একটি, তেজপাতা একটি, নুন ছয়ানি ভর।

প্রণালী।—কচুড়াটি এক আগুন সমান লম্বা করিয়া কাটি এবং প্রত্যেকটির ভাল করিয়া আঁশ ছাড়াইয়া ফেল। শাকগুলি ধুইয়া আধ পোয়াটাক জলে সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। মিনিট কুড়ি সিদ্ধ হইলে পর, নামাইয়া একটী চুপড়িতে ঢালিয়া দাও। একটু ঠাণ্ডা হইলে হাতে করিয়া শাকের জল নিংড়াইয়া ফেল।

কড়ায় তেল চড়াও; তেজপাতা ফোড়ন দাও। দুই মিনিট পরে শুক্লা লক্ষা ও পঁচিকোড়ন ফোড়ন দাও। তার পরে দু এক মিনিট পরে ফোড়নের ফট কট শব্দ থামিয়া গেলে এবং লক্ষার ঝাঁজ বাহির হইতে থাকিলে শাক ও লুন ছাড়। খুঁটি দিয়া খুব নাড়িতে থাক। মিনিট দুই পরে দেখিবে যেই বেশ ভাজা ভাজা হইয়া গিয়াছে তখন নামাইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাতের সঙ্গেই খাইতে ভাল।

২০২। ডুমুরের কুর্কিট।

উপকরণ।—ডুমুর এক পোয়া, পেঁয়াজ এক ছটাক, আদা আধ তোলা, কাঁচা লক্ষা দুইটা, গোলমরিচগুঁড়া দুয়ানি ভর, গরমমশলার গুঁড়া দুয়ানিভর, লুন সিক তোলা, ঘি সাত কাঁচা, ময়দা এক কাঁচা, দই আধ ছটাক, সুজি এক ছটাক, শুক্লা লক্ষা সিকিখানা।

প্রণালী।—ডুমুরগুলি চার চির করিয়া কাটিয়া ধোও। লোহার পাত্র ভিন্ন মটীর কি অথ কোন পাত্রে ডুমুরগুলি সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। প্রায় মিনিট পঁচিশ সিদ্ধ হইলে পর, নামাইয়া জল ঝরাও এবং শিলে বাটিয়া রাখ।

আধ ছটাক পেঁয়াজ ও আধ তোলা আদা শিলে পিষিয়া লও। বাটা ডুমুরে পেয়া আদা ও পেঁয়াজ মাখিয়া রাখ।

আধ ছটাক পেঁয়াজ ভাজিবার জন্ত সুাইস আকারে কুঁচাইয়া রাখ, এবং কাঁচা লক্ষা কুচি কুচি করিয়া রাখ।

দৈয়ে এক কাঁচা ঘি চড়াও। ঘিয়ে পেঁয়াজ কুচি ছাড়; তিন চার মিনিট নাড়িয়া চাড়িয়া পেঁয়াজগুলি আধ-ভাজা মত হইলে

ময়দা ছাড়। মিনিট দুই ধরিয়া নাড়িয়া ময়দা একটু লাল কর; তার পরে বাঁটা ডুমুর ছাড় এবং এই সময়ে মুন দাও। মিনিট তিন ধরিয়া ডুমুর কসা হইলে পর, গোলমরিচ গুঁড়া দাও। আবার নাড়িয়া চাড়িয়া এক মিনিট কি দেড় মিনিট পরে নামাইরা ফেল। এই ডুমুর হইতে পটোলের জ্বার লম্বা ধরনের গড়ন করিয়া কুর্কিটগুলি বানাও।

একটি পাত্রে দই, শুক্ল লব্ধা বাঁটা ও এক চুটকি মুন কেটাও। স্নজিগুলি আলাদা একট চপটা পাত্রে রাখ।

প্রথমে কুর্কিটগুলি দইয়ের গোলাতে ডুবাইয়া তারপরে স্নজির উপরে ফেল। এক হাতে গোলাতে ডুবাও আর অন্য হাতে স্নজি মাখাও। যদি ইহাতে ছ হাত না চালাইয়া এক হাতে করিতে যাও, তাহা হইলে শুক্ল স্নজি দই লাগিয়া ভিজিয়া যাইবে।

তৈয়ে বি চড়াও; মিনিট দেড় কি দুই পরে, একেবারে তিন চারিটী করিয়া কুর্কিট ছাড়। এক এক খোলা ভাজিতে তিন চার মিনিট করিয়া লাগিবে।

ইহা গরম গরম খাইতে বড় ভাল।

২০৩। কাঁচকলার চপ।

উপকরণ।--খোলাগুচ্ছ কাঁচকলা এক পোয়া, ডুমুর তিন ছটাক, পেঁয়াজ তিন কাঁচা, আদা আধ তোলা, কাঁচা লব্ধা তিনটা, গোলমরিচগুঁড়া দুয়ানি ভর, গরমমশলাগুঁড়া দুয়ানিভর, মুন আধ তোলা, নেবু একটা, ময়দা আধ ছটাক, শকেন্দা এক কাঁচা, স্নজি দেড় ছটাক, শুক্ল লব্ধা আধখানা, তেজপাতা দুইটা, দই আধ ছটাক, বি আধ পোয়া।

প্রণালী।—কাঁচকলার খোলা ছাড়াইয়া চার চির কাটিয়া এবং ডুমুরগুলি অর্দ্ধখণ্ডে কাটিয়া জলে ফেল; ধুইয়া সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। কাঁচকলা মিনিট পনের সিদ্ধ হইলে উঠাইয়া রাখিবে, ডুমুরগুলি কিন্তু মিনিট পঁচিশ সিদ্ধ হইবার পর উঠাইবে। ডুমুরগুলি বাঁটিয়া রাখ। দেড় কাঁচা পেঁয়াজ এবং কাঁচা লক্ষা কয়টা কুঁচাও। বাকী দেড়কাঁচা পেঁয়াজ আধতোলা আদার সহিত বাঁটিয়া রাখ। ডুমুর বাঁটাতে আদা ও পেঁয়াজ বাঁটা মাখিয়া রাখ।

তৈয়ে বা কড়ায় এক কাঁচা ঘি চড়াও; ঘিয়ে তেজপাতা ও পেঁয়াজ কুচি ছাড়। তিন মিনিট পেঁয়াজ নাড়াচাড়া করিয়া ঈষৎ ভাজা ভাজা হইলে তখন আধ কাঁচা ময়দা ছাড়িবে। খুস্তি দিয়া বন ঘন নাড়িতে নাড়িতে প্রায় মিনিট দুই পরে ময়দা লাল হইয়া আসিলে, ডুমুর ছাড় এবং নুন দাও। মিনিট চার খুস্তি দিয়া নাড়িয়া ডুমুর প্রভৃতি কসিতে থাক, তার পরে গোলমরিচগুঁড়া ছাড়িয়া হু চারবার নাড়িয়া নামাও। এখন ইহাতে কাঁচালক্ষা-কুচি ও নেবুর রস মাখিয়া রাখ; ইহাই পুর।

সুজিতে এক চুটকি নুন মিশাইয়া এক কাঁচা ঘিের ময়দা দাও। সিদ্ধ কাঁচকলা হাতে করিয়া চটকাইয়া সুজির সহিত মাখ এবং উহার সহিত শফেদা বা চালের গুঁড়িটুকুও মিশাও। যেমন করিয়া লুচির ময়দার গুন্দি বা তাল কর সেই প্রকারে তাল বাঁধ। বারটা চাকি গড়। ছয়টা চাকির উপরে পুর রাখিয়া অল্প ছয়টা চাকি দিয়া ঢাকা দাও। মুখ বন্ধ করিয়া চেরাগির অর্থাৎ দীপশিখার জ্বাল গড়ন কর।

একটি পাত্রে দই আধ ছটাক, ময়দা আধ কাঁচা, এক চুটকি

হুন, এবং লঙ্কাবাঁটাটুকু মিশাইয়া ফেটাইয়া লও। আর একটি চেপটা পাত্রে সূজি রাখ। দইয়ের গোলাতে চপ ডুবাও আর সূজির উপরে ফেল। এক হাত দিয়া চপে গোলা মাখাও, আর এক হাত দিয়া সূজি মাখাও।

তৈয়ে বি চড়াও ; দুই মিনিট পরে ঘিয়ের ধোঁয়া উঠিলে দুইটি করিয়া চপ ছাড়। বে অবধি না বেশ লাল হইয়া আসে উন্টাইয়া পান্টাইয়া দিবে। এক এক খোলা ভাজা হইতে প্রায় পাচ মিনিট করিয়া লাগিবে। সৰ্ব্বশুদ্ধ ইহা প্রস্তুত করিতে প্রায় কোয়ার্টার তিন সময় লাগিবে।

ভোজনবিধি।—কাঁচকলার চপ গরম গরম খাইতে দিবে। ইহা চাপানে বা জলপানে দেওয়া যায়।

২০৪। আলুর ফুলুরি।

উপকরণ।—আলু আধ পোয়া, শফেদা দেড় কাঁচা, জল প্রায় তিন কাঁচা, কাঁচালঙ্কা তিনটা, নুন ত্র্যানি ভর, ঘি আধ পোয়া।

প্রণালী।—আলুর বোমা চড়াইয়া অন্ধেক করিয়া কাঁটয়া সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। প্রায় মিনিট কুড়ি পরে সিদ্ধ হইয়া গেলে, হাঁড়ি নানাইয়া আলুগুলি জল হইতে উঠাইয়া রাখ। আলুগুলি নোলায়েম করিয়া চটকাইয়া বা মাড়িয়া লও। এই মাড়া আলু প্রায় তিন কাঁচা জল দিয়া গুলিয়া লও। ইহাতে তার পর শফেদা মিশাও। ভাল করিয়া অনেকবার ফেটাও। শেষে কাঁচালঙ্কাকুটি ও নুন মিশাইয়া আবার দু একবার ফেটাইতে হইবে।

একটি ছোট কড়াতে ঘি চড়াও ; ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির

হইলে, এক একবারে কুলুরির ধরনে চার পাঁচটা করিয়া টোপ ছাড়। বেশ লালচে ও মুচমুচে রকমের ভাজা হইলে নামাইয়া কুলুরিগুলি উঠাইয়া রাখিবে। এক এক খোলা ভাজা হইতে প্রায় তিন মিনিট করিয়া লাগে।

এই কুলুরি ঠাণ্ডা থাইতে ভাল লাগিবে না। ভাজা হইবে আর গরম গরম থাইবে তাহা হইলে বেশ মুচমুচে থাইতে পারিবে। ঠাণ্ডা হইলেই এই বড়া মিয়াইয়া যাইবে।

শক্দের কথা।

বেশনের গোলা, ডালের গোলা, কি ময়দার গোলা দিয়া ভাজা ভাজিবার সময়, এবং কোপ্তা, বড়া, কুলুরি ভাজিতেও অনেকটা করিয়া তেল বা ঘি খরচ হয়।

এই তেল ঘি বাচাইবার জন্ত আমাদের উপায় বাহির করা উচিত। অতি সামান্য জিনিষের দ্বারাই এতটা খরচের লাঘব হইয়া যাইতে পারে। এই গোলা প্রভৃতিতে যদি গড়ে সিকিভাগ করিয়া শক্দেরা মিশান যায় তাহা হইলেই ঠিক হইবে।

গোলা পাতলা হইয়া গেলে অথবা ভাজিতে গিয়া কড়ার গায়ে লাগিয়া যাইতেছে দেখিলে, আরো একটু ময়দা অথবা শক্দেরা মিশাইয়া লইলেই বড়া ঠিক উঠিবে।

শক্দেরা বেশী মাত্রায় মিশ্রিত করিলে ভাজা শক্ত হইয়া যাইবে, অল্প পরিমাণে মিশাইলে মুচমুচে হইবে এবং ভাজিবার সময় ঘি, তেলও কম টানিবে।

২০৫। ইচড়ের কোপ্তা।

উপকরণ।—ইচড় এক পোয়া, ছানা আধ পোয়া, কাঁচা লক্ষা

তিনটী, গুলা লঙ্গা দুইটী, ধনে সিকি তোলা, দারচিনি ছানি পরিমাণ, লঙ্গ পাঁচটী, ছোটএলাচ দুইটী, জায়ফল পাঁচরতি বা সিকিখানা, আদা আধ তোলা, শকেন্দা দেড় কাঁচা, হুন প্রায় তিন আনিভর, ঘি তিন ছটাক ।

প্রণালী ।—পৌষ মাঘ মাসের যে কচি ইঁচড় উঠে সেই ইঁচড় আনিবে। ছ হাতে সরিষা তেল মাখিয়া ইঁচড়টী কাটিয়া ফালা ফালা কর। তার পরে ইহা হইতে এক পোয়া ওজনের ইঁচড় লও। ইঁচড়ের খোলা বাধাইয়া ছাড়াও, অর্থাৎ খোলার সবুজ অংশ যেন মোটেই থাকে না, বেশ শাদা করিয়া খোলা ছাড়াইতে হইবে। ডুমা ডুমা বানাইয়া এক সের জল দিয়া সিদ্ধ করিতে দাও। ইঁচড় সিদ্ধ হইতে প্রায় মিনিট পঁচিশ কি ত্রিশ লাগিবে।

কাঁচা লঙ্গা করটী ও আদাটুকু কিমা করিয়া লও। ধনেগুলি কাটখোলায় চমকাইয়া গুঁড়াও। দারচিনি, লঙ্গ, ছোটএলাচ ও জায়ফল কাঁকি করিয়া লও। গুলা লঙ্গাটা বাঁটিয়া রাখ।

ইঁচড় সিদ্ধ হইলে পর কিছুক্ষণের জন্য ঠাণ্ডা হইতে বিবে। গরম ভাপটা বাহির হইয়া গেলে ইঁচড় হাত দিয়া চটকাইয়া লও, তারপরে ক্রমে ইহার সহিত ছানাও চটকাইয়া মাখ। কাঁচালঙ্গা ও আদাচুচি, হুন, গুলালঙ্গা বাঁটা, শকেন্দা, ভাজা ধনে ও গরম-মশলাগুঁড়া সব একত্র মিশাইয়া ইঁচড়ে মাখ। ইহা হইতে চোন্দটা গোল্ল কর।

তৈয়ে তিনছটাক বি চড়াও। বি কড়াইয়া লও, অর্থাৎ যখন বি হইতে খুব বেঁয়া উঠিতে থাকিবে (বি চড়াইবার প্রায় মিনিট তিন চার পরে) তখন ঘিের কড়া নামাইয়া চার পাঁচটী করিয়া

কোণ্ডা ছাড়, এবং কড়া আবার আগুণে চড়াইয়া দাও। মিনিট চার পরে লালচে রংএর হইয়া আসিলে কড়া নামাইয়া সেগুলি উঠাইয়া আবার অন্যগুলি ছাড়িবে।

ইহা নরম আঁচে ভাজিতে হইবে।

২০৬। পাটশাকের শষ্যি।

উপকরণ।—পাটশাক আধ পোয়া, মুন প্রায় ছয় আনা ভর, রসুন দু তিন কোয়া, সরিষা এবং তিন ফোড়ন (মেতি, কালজীরা ও মৌরী) মিলাইয়া দিকি তোলা, শুকালকা একটি, জল প্রায় একছটাক, তেল একছটাক।

প্রণালী।—পাটশাকের ভাল ভাল পাতাগুলি কচি ডাঁটা সমেত বাছিয়া লও। জলে আছড়াইয়া, এবং তিন চারিবার জল বদলাইয়া শাকগুলি ধোও। রসুন ছেঁচিয়া রাখ।

একটি কড়ায় তেল চড়াও। তেলে লব্ধা ফোড়ন দাও; লব্ধার রং গাঢ় লাল হইয়া আসিলে, রসুন ও সরিষা মিশান তিন ফোড়ন ছাড়। ফোড়নের চুড়বুড়ানি শব্দ থামিয়া গেলে শাক ছাড়। শাকের জল বাহির হইয়া নরম হইয়া আসিলে, আধ ছটাক জল এবং মুনটুকু ছাড়িয়া কড়া একবার ঢাকিয়া দাও। মাঝে মাঝে নাড়িয়া দিবে। প্রায় মিনিট দশ পরে একেবারে জল মরিয়া গেলে, তার পরেও খুস্তি দিয়া নাড়িয়া নাড়িয়া মিনিট তিন ধরিয়া ভাজা ভাজা কর।

ইহা ভাজিতে সর্বগুদ্ধ মিনিট পনের সময় লাগিবে।

২০৭। সজিনা শাকের তেলশাক।

উপকরণ।—সজিনা শাক এক পোয়া, নটে শাক এক ছটাক,

রসুন চার কোয়া, গুরু লক্ষা দুইটী, সরিষা তিন আনি ভর, মুন প্রায় সিকি তোলা, তেল আধ ছটাক, জল আড়াই ছটাক।

প্রণালী।—সজিনা শাকগুলি ডাল হইতে ছাড়াইয়া লও, নটেশাকও বাছিয়া লও। একটি কড়া বা হাঁড়ি করিয়া আধ পোয়া জলে শাকগুলি সিদ্ধ করিতে দাও। মিনিট দশ সিদ্ধ হইলে একটি পাত্রে ঢালিয়া ফেলিলে। ঠাণ্ডা হইলে নিংড়াইয়া ইহার জল গালিয়া ফেল।

কড়া করিয়া তেল চড়াইয়া তাহাতে একটি লক্ষা ফোড়ন দাও আর রসুন ছেঁটিয়া ফোড়ন দাও; রসুনের গন্ধ বাহির হইলেই সরিষা ফোড়ন দাও। সরিষা চূড়চূড় করিয়া থামিয়া গেলেই শাক ছাড়িবে। মিনিট পাঁচ নাড়িয়া যখন দেখিবে শাক একটু ভাজা ভাজা হইতেছে, তখন মুন এবং এক নোট (আধ ছটাক) জল দিয়া কড়ায় একটা থালা বা অল্প কিছু দ্বারা ঢাকা দাও। মাঝে মাঝে নাড়িয়া দিবে। আর প্রায় সাত আট মিনিট পরে তবে নামাইবে।

সর্বশুদ্ধ প্রায় আঠার উনিশ মিনিট লাগিবে।

২০৮। পোস্তদানার আমষোল।

উপকরণ।—পোস্তদানা এক ছটাক, সরিষা তেল এক ছটাক, গুরু লক্ষা দেড়টী, যেতি ছয়ানি ভর, তিন ফোড়ন (মেতি, কাল-জীরা ও মৌরী) সিকি তোলা, জীরা আর সরিষা মিশাইয়া ছয়ানিভর, মুন সিকি তোলা, চিনি ছয় আনি ভর, নেবু দুইটী, আমআদা এক তোলা।

প্রণালী।—এক বাটি জলে পোস্তদানাগুলি ফেলিয়া দাও; জলের তলায় বালিগুলি পড়িয়া যাইলে, তারপরে উপরি উপরি

পোস্তদানাগুলি ছাঁকিয়া তোল। ইহার পরেও আরো দু একবার ঐরূপে ধুইয়া জল হইতে তুলিয়া লও। পোস্তদানাগুলি যতটা মিহি করিয়া পিষিতে পার পিষিয়া রাখ। আধখানি শুক্লা লক্ষা পিষিয়া রাখ। তিন ফোড়ন, জীরা ও সরিষা কাঠখোলায় চমকাইয়া অর্থাৎ একটু ভাজা ভাজা করিয়া শুঁড়াইয়া রাখ।

নেবুর রস করিয়া তাহাতে চিনি, মুন, লক্ষা বাটা গুলিয়া রাখ। আমআদা বাটিয়া রাখ।

হাঁড়িতে এক ছটাক তেল চড়াও; মিনিট দুয়ের মধ্যে তেলের ধোঁয়া উঠিতে থাকিলে, একটি লক্ষা আধখানা করিয়া ভাঙ্গিয়া ফোড়ন দাও। তার পরে ছয়ানি ভর মেতি আলাদা ছাড়। মেতির গন্ধ বাহির হইলে পোস্তবাটা ছাড়। খুস্তি দিয়া নাড়িয়া নাড়িয়া ভাজা ভাজা কর। প্রায় চার মিনিট ধরিলে এই রকম ভাজা ভাজা করিয়া, তারপরে নেবুর রসটা ঢালিয়া দিয়া নাড়িয়া দাও। মিনিট তিন চারের মধ্যে এ জলীয় ভাবটুকু মরিয়া ঝুরঝুরে এবং তেলচুকচুকে হইলে, হাঁড়ি নামাইয়া ভাজা মশলা শুঁড়া আর আমআদার রস মিশাইয়া ঢাকিয়া রাখ।

নেবুর পরিবর্তে কাঁচা আমের রস দিয়া করিলেও বেশ হয়। কাঁচা আমের রস দিলে আমআদা আর দিতে হইবে না।

২০২। মটরডালের আমঘোল।

উপকরণ।—ছোট মটরডাল এক ছটাক, পোস্তদানা এক কাঁচা, শুক্লালক্ষা দুইটি, দোবারা চিনি আধতোলা, মুন সিকিতোলা, তিন ফোড়ন * আর জীরা মিশাইয়া সিকিতোলা, সরিষা

* * মেতি, কালজীরা আর মোরো মিশাইয়া তিনফোড়ন তৈরি করা যায়। এই রকম মধুরাস্তে তিন ফোড়ন দিলে বড় সুগন্ধ থাকে। পাচকোড়নে

হুয়ানি-ভর, কাঁচা আম বা পাকা দিশি আমড়া ছয়টা, আমআদা প্রায় এক তোলা, সরিষা তেল পাঁচ কাঁচা।

প্রণালী।—মটরডালগুলি বাছিয়া, এক ঘণ্টা জলে ভিজাইয়া রাখ; তার পরে মিহি করিয়া বাঁট। পোস্তগুলি এক বাটি জলে ফেলিয়া হাতে করিয়া উপরি উপরি ছাঁকিয়া জল হইতে উঠাও, তাহা হইলে বালি নীচে পড়িয়া যাইবে। পোস্তদানাতে বড় বালি মিশান থাকে। এই উপায়ে আরো দু একবার জলে ফেলিয়া ছাঁকিয়া তোল। পোস্তগুলি মিহি করিয়া বাঁটিয়া রাখ।

একটি শুকালক পিষিয়া রাখ। জীরা মিশান তিন ফোড়ন কাঠখোলায় চমকাইয়া অর্থাৎ দ্রব্য ভাজিয়া কুটিয়া রাখ।

আমড়াগুলির রস নিংড়াইয়া একটি পাথরবাটিতে রাখ। এই রসে ছুন, চিনি, লঙ্কাবাঁটা মিশাইয়া রাখ। আমআদার খোসা ছাড়াইয়া মিহি করিয়া বাঁটিয়া রাখ। যদি কাঁচা আম দিতে চাহ ত আমড়ার রসের পরিবর্তে কাঁচা আম পিষিয়া দিতে হইবে। পেয়া কাঁচা আম দিলে আমআদা দিবার দরকার নাই।

পোস্ত বাঁটা আর ডাল বাঁটা একত্র মিশাও। তাওয়া চড়াইয়া তাহাতে প্রায় ছয়আনিভর তেল দাও। তেল গরম হইয়া আসিলে ডালবাঁটা চাপড়া করিয়া দাও,—মৌকিতে থাক। চাপড়ার উপরে খুস্তি দিয়া টিপিয়া টিপিয়া দাও; তার পরে চারিধার খুস্তি দ্বারা টাঁচিয়া ছাড়াইয়া দাও, তা না হইলে ডালের 'চাপড়া' একেবারে তাওয়াতে লাগিয়া পুড়িয়া কাল হইয়া যাইবে। ক্রমে মধ্যস্থলেও খুস্তি দিয়া ছাড়াইয়া দিবে; এক পিঠ শক্ত হইয়া আসিলে উন্টাইয়া দিবে। পূর্বের ত্রায় উন্টা পিঠেও করিতে রাখুন, জীরা আদি থাকে বলিয়া অন্নমিশ্রিত পাবায়ে পাঁচ ফোড়নে ততটা সুপক হয় না। ইহা কোল ডালনাতেই পাপ যায়।

হইবে। তিন চার মিনিটের মধ্যে ইহা ঠিক রকমে সেকা হইয়া যাইবে,—নামাইয়া ঠাণ্ডা হইতে দাও।

একটি হাঁড়িতে এক ছটাক তেল চড়াও ; একটি লক্ষা ভাঙ্গিয়া ফোড়ন দাও। তেলের ফেনা মরিয়া ধোঁয়া উঠিতে থাকিলে, সরিষা ফোড়ন দাও। সরিষা চুড়বুড় করিয়া থামিলেই নুন প্রভৃতি মিশান আমড়ার রস বা বাঁটা আম ইহাতে ঢালিয়া দাও। প্রায় মিনিট দেড় পরে শাঁ শাঁ শব্দ হইতে থাকিলে সেকা ডাল হাতে করিয়া যতটা পার শুঁড়াইয়া ইহাতে ছাড় এবং ঘন ঘন নাড়িয়া দাও। ক্রমে ক্রমে ইহার জল শুকাইয়া আসিয়া তেলচুক-চুকে হইলে নামাইবে এবং ভাজামশলাগুঁড়া সবটা মিশাইয়া লইবে, তার পরে আমআদা বাঁটা মিশাইবে। কাঁচা আশের সময় কাঁচা আম দিয়া করিলেই ভাল।

২১০। মোচার আমবোল।

উপকরণ।—মোচা এক পোয়া, তেল এক ছটাক, কাঁচা তেঁতুল বা নূতন তেঁতুল দুই কি তিন ছড়া, জীরা ও তিন ফোড়ন মিশাইয়া সিকি তোলা, সরিষা ও তিন ফোড়ন মিশাইয়া সিকি তোলা, নুন সিকি তোলা, জল তিন পোয়া, শুকালক্ষা দুইটি, হলুদ সিকি তোলা, আমআদা এক তোলা।

প্রণালী।—মোচা কুটিয়া এক পোয়া ওজন করিয়া লও ; আধ-সের জলে সিদ্ধ করিতে চড়াও। খুব ভাল কলার মোচা হইলে মিনিট দশ পনের মধ্যে সিদ্ধ হইয়া যাইবে। হাঁড়ি নামাইয়া জল ঝরাইয়া ঠাণ্ডা করিতে দাও। ইত্যবসরে কাঁচা তেঁতুল প্রায় আধ পোয়াটাক জলে ফেলিয়া, মিনিট পাঁচ ভাপ দিয়া লও

অর্থাৎ একটু সিদ্ধ মত করিয়া লও। মোচা কসটাইয়া ইহার জল যতটা পার বাহির করিয়া ফেল। হাঁড়িতে তিন কাঁচা তেল চড়াও। তেলের ধোঁয়া বাহির হইলে মোচা ছাড়। মিনিট সাত আট পরে যখন দেখিবে মোচা কুঁচকাইয়া ভাজা ভাজা হইয়া আসিয়াছে, তখন তেঁতুল দিতে হইবে। তেঁতুলের মাড়ি অর্থাৎ শাঁস বাহির করিয়া ছিবড়া ফেলিয়া তাহাতে একটি লঙ্কাবাঁটা, হলুদবাঁটা, এবং আধছটাক জল মিশাইয়া তবে মোচাতে ঢালিয়া দিবে। এই সময়ে তুনও দিবে। মিনিট তিন পরে জল মরিয়া গেলে নামাইয়া একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখ।

আবার হাঁড়ি চড়াইয়া লঙ্কা ফোড়ন ছাড়; লঙ্কার গন্ধ বাহির হইলে সরিষা ও তিন ফোড়ন মিশাইয়া ফোড়ন দাও। ফোড়নের চটপট শব্দ থামিয়া গেলে মোচা ঢালিয়া সঁতলাও। চার পাঁচ বার নাড়িয়া বেশ ভাজা ভাজা অথচ জল মরিয়া আসিলে নামাইয়া ফেলিবে। তার পরে জীরা ও তিন ফোড়ন কাঠখোলায় চমকাইয়া গুঁড়াইয়া ইহার উপরে ছড়াইয়া দাও, এবং আমছানা মিহি করিয়া বাঁটিয়া মিশাইয়া লও। ঢাকা দিয়া রাখ। ইহা বড় মুখরোংগী।

২১১। বেশন দিয়া কুলকপি ভাজা।

উপকরণ।—বেশন আধ ছটাক, শফেদা এক কাঁচা, শুক্ক লঙ্কা গুঁড়া দিকি তোলা, তুন দিকি তোলা, জল প্রায় আধ ছটাক, তেল আধ পোয়াটাক, কুলকপি তিন ডাল।

প্রণালী।—কুলকপির ভিতরে পোকা বেন না থাকে দেখিয়া লইবে। বেশ ধোঁকো দেখিয়া তিন ডাল কুলকপি লইয়া মধ্যে চিরিয়া ছয় ডাল কর।

বেশন, শফেনা, শুক্ললক্ষাণ্ডা জল দিয়া গুলিয়া ফেটাইয়া লও। এই গোলাতে নুন টুকু মিশাইয়া ফুলকপি রাখ। তেল চড়াও; তেলের ধোঁয়া উঠিলে পর, গোলামাথা ফুলকপি উঠাইয়া ভাজ।

২১২। বেশন দিয়া লাল কুমড়া ভাজা।

প্রণালী।—লাল কুমড়ার জ্বাও ফুলকপি ভাজার গোলার স্থায় গোলা গুলিতে হইবে। লাল কুমড়ার খোসা ছাড়াইয়া পাতলা চাকা চাকা করিয়া বানাইতে হইবে। তার পরে গোলাতে ডুবাইয়া ভাজিতে হইবে।

২১৩। ফুল ভাজা।

প্রণালী।—বকফুল এবং বাসকফুল এবং কুমড়াফুলও পূর্বোক্ত প্রণালীতে ভাজিলে বেশ খাইতে লাগে। প্রত্যেক ফুলের মধ্যে চিরিয়া ছই খণ্ড করিয়া আলাগা ভাবে ভাল করিয়া ধুইয়া লইবে, যেন ইহাতে বালি পোকা আদি কিছু না থাকে।

২১৪। কাঁচা কলাইগুটির ফুলুরি।

উপকরণ।—ছাড়ান কলাইগুটি আধপোয়া, কাঁচালক্ষা তিন চারিটা, নুন দিকিতোনা, ঘি এক ছটাক।

প্রণালী।—কলাইগুটি এবং কাঁচালক্ষা পিষিয়া তাহাতে নুন মিশাইয়া ফেটাইয়া লও। কড়া বা তৈয়ে ঘি চড়াও; ঘিষের ধোঁয়া বাহির হইলে ফেটান কলাইগুটি হইতে আটটি কি দশটি ফুলুরি গড়িয়া ভাজ। তিন চার মিনিটের মধ্যে ভাজা হইয়া যাইবে।

২১৫। কাঁচা কলাইগুটির কোণ্ডা।

উপকরণ।—ছাড়ান কলাইগুটি আধ পোয়া। (খোলাগুট লইলে প্রায় এক পোয়া লইতে হইবে), ছানা এক ছটাক, স্নজি এক ছটাক, দারচিনি সিকিতোলা, লঙ্গ দুই তিনটী, ছোট এলাচ একটি, জায়ফল সিকিখানা, ধনে বাঁটা আধতোলা, গুড়-লঙ্কা বাঁটা আধতোলা, আদা বাঁটা আধতোলা, কাঁচালঙ্কা তিন চারিটা, নুন প্রায় আধতোলা, ঘি আধ পোয়া।

প্রণালী।—দারচিনি, লঙ্গ, ছোট এলাচ ও জায়ফল এই সবগুলি গুঁড়াইয়া রাখ। কলাইগুটি পিষিয়া লইয়া, তার পরে ছানা ও পিষিয়া লও। কাঁচালঙ্কা কুঁচাইয়া রাখ।

বাঁটা কলাইগুটিতে বাঁটা ছানা, এবং স্নজি একত্র চটকাইয়া লও, তার পরে ইহাতে ধনে, লঙ্কা এবং আদাবাঁটা মিশাও। সবশেষে গরম মশলার গুঁড়া এবং নুন মিশাইয়া গোলাকার বা চেন্টা গড়নে তের চোদ্দটী কোণ্ডা গড়।

তৈয়ে, ফ্রাইপানে বা কড়াই ঘি চড়াও ; ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইলে তিন চারটী করিয়া কোণ্ডা ছাড়। বেশ লালচে রকমের ভাজা হইলে নামাইবে। এক এক খোলা ভাজা হইতে প্রায় তিন চার মিনিট লাগিবে।

২১৬। লালকুমড়ার ফুলুরি।

উপকরণ।—লালকুমড়া আধপোয়া, ময়দা তিন কাঁচা, শফেদা এক কাঁচা, চিনি বা গুড় এক তোলা, নুন এক চুটকি, তেল এক পোয়া, গোলমরিচ ও মোরী গুঁড়া মিশাইয়া তিনমানিভর।

প্রণালী।—খুব লাল আর মিষ্টি দেখিয়া কুমড়া লইবে। কুম-

ডার খোলা এবং বুকো (বীচি প্রভৃতি) ছাড়াইয়া ফেল ; এক পোয়া কি দেড় পোয়া আন্দাজ জলে সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। প্রায় মিনিট দশ কি পনের সিদ্ধ হইলে পর, হাঁড়ি হইতে কুমড়া বাহির করিয়া আন। কুমড়া একটু ঠাণ্ডা হইলে পর, একটা কাঠের হাতা দিয়া বেশ মোলায়েম করিয়া মাড়িয়া লও। ক্রমে ইহাতে ময়দা ও শফেদা মিশাইয়া, শেষে ছুন ও চিনি মিশাও। তারপরে উহাতে গোলমরিচ ও মোরী গুঁড়া মাখিয়া ফেটাও।

কড়ায় তেল চড়াও ; মিনিট দুই তেল পাকিলে পর, ময়দা প্রভৃতি মিশ্রিত ফেটান কুমড়া হইতে লইয়া টোপ্ টোপ্ করিয়া ফুলুরি ছাড়। এক এক খোলা ভাজা হইতে প্রায় মিনিট পাঁচ করিয়া সময় লাগিবে। ষোল সতেরটা ফুলুরি হইবে।

২১৭। উড়িয়াফুলুরি।

উপকরণ।—ছোলায় ডাল অথবা তেওয়ার ডাল এক পোয়া, প্রায় পোনতোলা ছুন, শুকালক্ষা ছয়টা, পেঁয়াজ আধ পোয়া, তেল এক পোয়া।

প্রণালী।—ডালগুলি ঝাড়িয়া বাছিয়া জলে ভিজাইতে দাও। প্রায় এক ঘণ্টা ভিজিলে পর ডালগুলি জল হইতে ছাঁকিয়া আধবাঁটা করিয়া বাঁট। শুকালক্ষা আধবাঁটা করিয়া বাঁট। পেঁয়াজগুলি লম্বা দিকে কুঁচাও। এবারে ডালবাঁটা, লক্ষা বাঁটা, পেঁয়াজ কুচি একত্র মিশাইয়া ফেটাও ; তার পরে ছুন মিশাইয়া রাখ।

একটি কড়াতে একেবারে এক পোয়া তেল চড়াইয়া দাও। তিন চার মিনিট পরে তেলের খুব ধোঁয়া উঠিলে, ফেটান ডাল-

বাঁটা হইতে লইয়া ফুলুরি টোপ্ টোপ্ করিয়া অথবা চেপ্টা গড়ন করিয়া ছাড়। যখন ফুলুরির রং ঘোর লাল হইয়া আসিবে তখন নামাইবে। ঃ এক এক খোলা ভাজা হইতে ছয় সাত মিনিট করিয়া লাগিবে।

ভোজন বিধি।—ইহা গরম মুড়ি, সাঁতলা ভাজা ইত্যাদির সহিত এবং ভাতের সহিতও খাওয়া চলে।

২১৮। গাঁদালপাতা ভাজা।

উপকরণ।—গাঁদালপাতা দেড়কাঁচা, পাঁচফোড়ন একআনি ভর, নুন এক চুটকি, তেল আধ ছটাক।

প্রণালী।—গাঁদালপাতার আদত আদত পাতাগুলি ছিঁড়িয়া লইয়া, ধোও। তার পরে কড়ায় তেল চড়াইয়া দাও; তেলের হু এক মিনিটের মধ্যে ধোয়া উঠিলেই ফোড়ন ছাড়। ফোড়ন ফট ফট করিতে না করিতে শাকগুলি ছাড়িয়া নুন দাও। খুস্তি দিয়া পাতাগুলি বেশ ছড়াইয়া ছড়াইয়া দাও। তিন চার মিনিটের মধ্যে মুচমুচে ভাজা হইয়া গেলে নামাইবে। ইহা গরম গরম খাইলেই ভাল। অন্ত্রের পর ইহা খাইলে মুখে রুচি আসে।

২১৯। কুরিয়া।

উপকরণ।—মটরডালের বড়ি এক ছটাক, বড় দুই তিনটা কাঁচা আম, তেল দেড় ছটাক, চিনি সিকি তোলা, নুন প্রায় আধ তোলা, হলুদ আধ গিরা, গুলালছা দুইটা, জিরা সিকি তোলা, তিন ফোড়ন (মোরী, কালজীর ও মেতি) সিকি তোলা, সরিষা হয়নিভর, জল এক ছটাক।

প্রণালী।—কাঁচা আম দুইটর খোসা ছাড়াইয়া পিষিয়া রাখ।
 ছয়ানি-ভর জিরা, ছয়ানি-ভর তিন ফোড়ন কাঠখোলায় চমকা-
 ইয়া আধকোটা কর। হলুদ ও লঙ্কা বাঁটিয়া এক ছটাক জলে
 গুলিয়া রাখ।

একটি হাড়িতে দেড় ছটাক তেল দিয়া চড়াইয়া দাও।
 তেলের ফেনা মরিয়া আসিলে বড়িগুলি ছাড়। দু তিন মিনিটের
 মধ্যে বড়ির বাদানী রং (বদিও মটরডালের কাঁচা বড়ির রং
 হলদে হয়) হইয়া আসিলে, বড়িগুলি উঠাইয়া লও। বড়ি
 বেশী লাল করিয়া ভাজা ভাজা হইলে তিত হইয়া যায়। একটি
 নোড়া দিয়া বড়িগুলি আধগুঁড়া করিয়া লও। বড়ি উঠাইয়া
 ঐ তেলেতেই বাকী তিন ফোড়ন ও জিরা এবং সরিষা ফোড়ন
 দাও, তার পরে আম বাঁটা ছাড়। মিনিট দুই নাড়িয়া গুঁড়ান
 বড়ি উছাতে ছাড়িয়া দাও, এবং তখন বাটনা-গোলা জল, মুন ও
 চিনি দাও এবং কাঠের হাতা দিয়া নাড়িয়া দাও। দুই তিন
 মিনিটের মধ্যে জল মরিয়া গেলেই নামাইয়া ভাজা মশলা গুঁড়া
 দিয়া ঢাকিয়া রাখ। ইহা ভাত ও খিচুড়ির সহিত খাইতে ভাল।

২২০। কুমড়া এঁতোর ফুলুরি।

উপকরণ।—কুমড়া এঁতো দেড়ছটাক, বেশন এক ছটাক,
 মুন সিকি তোলা, জীরা প্রায় তিন আনিভর, তেল এক ছটাক,
 জল আধ ছটাক।

প্রণালী।—বীচিগুলি বাছিয়া ফেলিয়া কুমড়ার এঁতো ছুরি
 দিয়া টুকরা টুকরা কাট। আস্ত কুমড়া কাটিলে তাহার পেটের
 ভিতর যে ছিবড়ার মত থাকে তাহাকে এঁতো বা বুকো বলে।

ইহার ভিতরের বীচিগুলি বাহির করিয়া লইয়া তার পরে ছিবড়া-
গুলি সচরাচর ফেলিয়া দেওয়াই হইয়া থাকে। ফেলিয়া না দিয়া
এগুলিকেও কাছে লাগান যায়। একটি পাত্রে বেশন, জীরা, কুমড়া-
এঁতো, এবং জল সব একত্র খুব ফেটাইয়া তার পরে মুন
মিশাইয়া আবার ফেটাইবে।

একটি কড়ায় তেল চড়াও ; দু এক মিনিটের মধ্যে তেলের
ধোঁয়া উঠিয়া গেলে ফুলুরি টোপ টোপ ছাড়। দু তিন মিনিটের
মধ্যে ফুলুরিগুলি ভাজা হইয়া যাইবে। প্রায় বারটা ফুলুরি হইবে।

ভোজন বিধি।—ডাল ভাত বা খিচুড়ির সঙ্গে এই বড়া খাইতে
ভাল লাগে। আমসি বা কুল দিয়া ইহার অম্বল বেশ হয়।

২২১। পঁপের কুলরি।

উপকরণ।—পাকা পঁপে এক পোয়া, ময়দা তিন কাঁচা,
শুঁকো এক কাঁচা, মোরী সিকি তোলা, বড়এলাচ একটা, জায়-
ফল সিকিখানা, গোলমরিচ গুঁড়া তিন আনিভর, মুন দুই চুটকি,
চিনি এক তোলা, তিল সিকিতোলা, ঘি দেড় ছটাক।

প্রণালী।—পঁপের খোলা ছাড়াইয়া একটি চেয়ার কাটি
বা আখের খোলা বা ছুরি দিয়া পঁপের পেট হইতে বীচিগুলি
বাহির করিয়া ফেল। মোরী, বড়এলাচ আর জায়ফল কুটিয়া
রাখ।

একটি হাঁড়িতে বা পিত্তলের কড়ায় আধসেরটাক জল চড়াইয়া
দাও। জলের ধোঁয়া বাহির হইতে থাকিলে, জলে পঁপেগুলি
ছাড়িয়া ঢাকা দিয়া দাও ; মিনিট চার পাঁচ তাপ পাইলে নামাইয়া
জল ঝরাইয়া ফেল। পঁপে একটু ঠাণ্ডা হইলে হাত দিয়া বা

কাঠের হাতা দিয়া মাড়িয়া লও। ইহাতে ময়দা, শফেদা, গোলমরিচগুঁড়া ও তিল মিশাইয়া ফেটাও; তার পরে কোটা মশলা, মুন, এবং চিনি মিশাও।

একটি কড়া বা অন্ত কোন ভাজিবার পাত্রে ঘি চড়াও; মিনিট দুয়ের মধ্যে ঘিয়ের ধোয়া বাহির হইলে টোপ টোপ ফুলুরি ছাড়। মিনিট দুই তিন করিয়া এক এক খোলা ভাজিতে লাগিবে। পনের ঘোলটি ফুলুরি হইবে।

২২২। ভর্তাপুরী।

উপকরণ।—কচি ইচড় আধসের, কাঁচকলা এক পোয়া, ডেলাক্ষীর বা ছানা এক ছটাক, আদা এক তোলা, হিং চার রতি, শুকালকা দুইটি, মুন প্রায় পোন তোলা, ছোলার ছাতু (অভাবে বেশন) আধ ছটাক, ছোটএলাচ দুইটি, দারচিনি সিকি তোলা, লঙ্গ ছয়টি, কিসমিস আট দশটি, জায়ফল সিকিখানা, ছাড়ান কলাইগুটি আধ পোয়া, তেজপাতা একখানা, ভাজা ধনে গুঁড়া, দুয়ানিভর, ভাজা জিরা গুঁড়া দুয়ানিভর, কাঁচালকা চার পাঁচটি (কাঁচালকার অভাবে শুকালকার গুঁড়া দিলেও চলে), ঘি আধপোয়া, জল তিন পোয়া।

প্রণালী।—হাতে সরিষা তেল মাখিয়া ইচড়ের খোলা ছাড়াও। ইচড়টি চিরিয়া তাহার মধ্যের সামান্য বুকোটা বাদ দিয়া কচি বিচিগুজ্জ সব কুচি কুচি করিয়া বানাও; জলে ফেল। কাঁচকলার খোসা ছাড়াইয়া দু তিন টুকরা করিয়া কাট। একটি হাঁড়িতে তিন পোয়া জল চড়াইয়া কাঁচকলা এবং ইচড় সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। প্রায় আধঘণ্টা পরে সিদ্ধ হইলে নানা-

ইয়া জল ঝরাইয়া রাখ। ডেলাক্ষীর বা ছানা বাঁটিয়া রাখ, এই সঙ্গে কিসমিসগুলিও বাঁট। ইঁচড় ও কাঁচকলা পিষিয়া রাখ। আদার খোশা ছাড়াইয়া ছেঁচ; আদার রসে হিংটুকু ভিজাইতে দাও, আর আদার ছিবড়াটা রাখিয়া দাও, পরে কাজে লাগিবে।

শুকালকা কুটিয়া বা পিষিয়া রাখ। কাঁচালকা কুঁচাইয়া রাখ। দারচিনি, লঙ্গ, ছোট এলাচ জায়ফল সব কুটিয়া রাখ।

কলাইশুটি পিষিয়া রাখ।

হাঁড়িতে এক কাঁচা ঘি চড়াও; তেজপাতা ছাড়, কাঁচালকা-কুচি ছুঁকিয়া তারপরে বাঁটা কলাইশুটি ছাড়, প্রায় সিকি তোলা হুন দাও, এই সময়ে আদার ছিবড়াটুকুও দাও। খুঁটি দিয়া দু তিন মিনিট নাড়িয়া আধ ছটাক জল দাও। মিনিট দুয়ের মধ্যে জলটুকু মরিয়া বেশ নরম রস রস হইলে নামাইবে। ইহাতে ভাজা মশলা গুঁড়া সবটা এবং গরম মশলার গুঁড়ার অর্দ্ধেকটুকু মাখিয়া রাখ। ইহা পুর হইল।

এবারে ইঁচড় কাঁচকলা কলাইশুটি কিসমিসবাঁটা ও ছাতু একত্র মিশ্রিত শুকালকা গুঁড়া এবং গরম মশলার গুঁড়া ও হিং গুলিয়া তাহার অর্দ্ধেকটা ইহাতে দাও, এবং বাকী অর্দ্ধেকটা পুরে মাখ। প্রায় পাঁচআনিভর হুন মিশাও।

এবারে মাখা ইঁচড় কাঁচকলা প্রভৃতি হইতে কুড়িটা চাকি গড়। দশটা চাকিতে কলাইশুটির পুর ভরিয়া বাকী দশটা চাকি ঢাকা দিয়া চারিদিকের মুখ বন্ধ করিয়া দাও।

একটি তৈয়ে বা একটি চেপ্টা কড়াতে ঘি চড়াও। ঘিয়ের ধোঁয়া উঠিলে দু তিনটা করিয়া পুরী ছাড়। এক এক খোলা ভাজিতে চার পাঁচ মিনিট করিয়া লাগিবে।

ইচ্ছা করিলে ইহাতে আলুর চপের গোলা ও বিস্কুটের গুঁড়া মাখিয়া ভাজিলেও বেশ হয়। (২০২ পৃষ্ঠা দেখ)

ভোজন বিধি।—ইহা গরম গরম খাইতে দেওয়া যায়। ইহার সঙ্গে, পুদিনার চাটনি বা ষণ্টভোগ খাইতে দিলে আরো মধুরোচক হইবে।

২২৩। ওলের মুখী বা কচুর মুখী ভাজা।

উপকরণ।—ওলের মুখী বা কচুর মুখী আধপোরা, সরিষা তেল দেড়ছটাক, মুন সিকিতোলা, তেঁতুল একছড়া।

প্রণালী।—ওলের মুখী বা কচুর মুখী আনিয়া তাহার খোসা ছাড়াইয়া খুব পাতলা চাকা চাকা করিয়া বানাও। তিন চারিবার জল বদলাইয়া ধোও; তারপরে আবার নূতন জল দিয়া একটু মুন আর এক ছড়া তৈতুল গুলিয়া বানান মুখী-গুলি চার পাঁচ ঘটা ভিজাইয়া রাখ। ভাজিবার আগে আরো চার পাঁচ বার নূতন জল বদলাইয়া ধোও; যখন দেখিবে আর নান্দ নাহি, তখন একটা পাত্রে পান্না রাখা হইলে না একটু গাপড়ে করিয়া হাজার আন দুই হাজার

এবারে কড়ায় নেড় ছটাক তেঁগ চড়াও; তেলের বেশ ধোঁয়া উঠিলে মুখীগুলি ছাড়। মিনিট চার পাঁচের মধ্যে মুচমুচে ভাজা হইলে তেল হইতে ছাঁকিয়া উঠাইবে।

୨୨୪ । କୁମଡ଼ାଏଁତେ ଭାଜା ।

উপকরণ।—লাল কুমড়ার এঁতো আধপোয়া, মেক্তি ছয়ানি-
ভর, শুকালক্কা আধখানা, ছয়ানি-ভর গোটা ধনে, ছোট হলদ

আধগিরা, শুক্কা লক্ষা একটা, মুন প্রায় সিকিতোলা, তেল দেড় কাঁচা, নেবু এক চাকা।

প্রণালী।—লাল কুমড়ার এঁতোর বীচিগুলি বাহির করিয়া ডুমা ডুমা বানাও। ধুইয়া লও। ধনে, হলুদ আর লক্ষা কুটিয়া রাখ। হাঁড়িতে তেল চড়াও; মেতি আর লক্ষা ফোড়ন দাও। এইবারে উহাতে এঁতো ছাড়, ও মুন দাও। আন্তে আন্তে নাড়িয়া দাও। ইহার জল বাহির হইবে। মিনিট পাঁচ ছয় পরে জল মরিয়া তেল বাহির হইয়া পড়িলে পর নেবুর রস, মশলা-কুটা দিয়া নাড়িয়া নামাইয়া ফেল।

২২৫। মজার মিলন।

উপকরণ।—উচ্ছা এক ছটাক, ছোট আম তিনটি বড় হইলে একটি বা দুইটি, পেঁয়াজ আধ ছটাক, কাঁচা লক্ষা দুইটি, মুন প্রায় ছয় আনি ভর, মেতি এক আনি ভর, তেল আধ ছটাক, তেজপাতা একখানা।

প্রণালী।—উচ্ছাগুলি চাকা চাকা করিয়া বামাও, কাম্বের খোসা ছাড়াইয়া কসি ফেলিয়া লম্বাদিকে চারভাগে বা অষ্ট ভাগে কাট, পেঁয়াজের খোসা ছাড়াইয়া লম্বাদিকে কুচি কুচি কর, সবগুলি ধুইয়া রাখ। কাঁচা লক্ষা দু তিন টুকরা করিয়া কাটিয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে মরিষা তেল চড়াও, তেজপাতা ছাড়, মিনিট দুই পরে তেলের ধোঁয়া উঠিলে মেতি ফোড়ন দাও। মেতির গন্ধ বাহির হইলে তরকারীগুলি ছাড়। কাঁচা লক্ষা ও মুন দাও। হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও। আপনা হইতে ইহার জল বাহির হইবে।

ক্রমে এই জল টুকু মরিয়া ভাজা হইয়া গেলে নামাইবে; মাঝে মাঝে হাঁড়ি বাঁকড়াইয়া দিতে হইবে যাহাতে হাঁড়ির গায়ে দাগ না লাগে।

২২৬। পুনকোশাকের শশুরি।

উপকরণ।—পুনকোশাক একপোয়া, তেল একপোয়া, পাঁচ ফোড়ন মিকিতোলা, গুরুলকা ছইটি, মুন প্রায় তিন আনি ভর, রসুন চারি কোয়া (একটা আস্ত রসুন ছাড়াইয়া তাহার চারি কোয়া লইবে)।

প্রণালী।—পুনকোশাক আনিয়া তাহার পোকা, পাতা, ঘাস ইত্যাদি বাছিয়া ফেল; পাঁছ ছয় বার জল বদলাইয়া ধোও। রসুনের থোসা ছাড়াইয়া ছেঁচিয়া রাখ।

কড়ার এক কাঁচা তেল চড়াইয়া দাও; শাক ছাড়, মুন দাও। খুস্তি দিয়া নাড়িয়া নাড়িয়া দাও। যখন আধ সিদ্ধ হইয়া আসিবে, খুস্তি দিয়া চারিধারে শাকগুলি গোল করিয়া ছড়াইয়া দাও, তাহা হইলে শাকের জল আর শাক খাইতে পাইবে না, কড়ার মধ্যস্থলে আপনিই শুকাইয়া যাইবে। এই জল শাক থাইয়া ফেলিলে একেবারে কাদা হইয়া যাইবে। জল শুকাইয়া বাইলে সব শাকটা একবার নাড়িয়া দাও। আবার চারিধারে শাক ছড়াইয়া মধ্যস্থলে ফাঁক কর। এইখানে কাঁকের মধ্যে অবশিষ্ট তেলটুকু ঢালিয়া দাও। তেলে গুরুলকা ছতিন টুকরা করিয়া বা ছিঁড়িয়া ফোড়ন দাও। গুরুলকার রং ঘোর লাল হইলে পাঁচফোড়ন ছাড়; ফোড়ন ফট্ ফট্ আওয়াজ করিতে না করিতে রসুন ছাড়িয়া সব শাকটা মিশাইয়া লও। মিনিট পাঁচ নাড়া চাড়া করিয়া নামাও।

এই শাক শশুরি অতি চমৎকার খাইতে লাগে, শুধু এই শাক দিয়াই ভাত খাইতে ইচ্ছা করে। মিনিট দশের মধ্যে হইয়া যাইবে।

২২৭। বেশনের ফুলুরি।

উপকরণ।—বেশন আধ পোয়া, গুলালকা গুঁড়া আধ তোলা, নুন সিকি তোলা, তেল এক পোয়া, জল এক ছটাক।

প্রণালী।—বেশন জল দিয়া গুলিয়া ফেনাও। ফেনাইতে ফেনাইতে যখন শাদা হইয়া আসিবে, তখন এক বাটী জলে এক টোপ ফেলিয়া দেখিবে ভাসিয়া উঠিয়াছে কি না, ভাসিয়া উঠিলে আর ফেনাইবে না। বেশনে লঙ্কার গুঁড়া আর নুন মিশাইয়া রাখ।

কড়ায় তেল চড়াইয়া দাও। দুই তিন মিনিট পরে তেলের ধোঁয়া উঠিলে বড়ির মত করিয়া ফেনান বেশন ছাড় এবং ভাজা বেশ লালচে হইয়া আসিলে নামাও। এক এক খোলা ভাজা হইতে প্রায় তিন চারি মিনিট করিয়া লাগিবে।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, খিচুড়ির সহিত খাইতে পার। ঘিমে ভাজা মুড়ি, চিড়ের সহিতও খাইলে চলে। এই ফুলুরির আমড়া দিয়া বা পোস্ত দানা দিয়া অস্থল রাখিলে বেশ হয়।

২২৮। ছোট মটর ডালের বড়া।

উপকরণ।—ছোট মটর ডাল আধ পোয়া, নারিকেল কোরা এক ছটাক, কাঁচা লঙ্কা চারিটা, গুলালকা গুঁড়া সিকি তোলা, নেবু একটা, নুন তিন আনি ভর, তেল এক পোয়া।

প্রণালী।—মটর ডাল গুলি বাছিয়া জলে ভিজাইতে দাও। প্রায় এক ঘণ্টা পরে ডাল জল হইতে ছাঁকিয়া পিষিয়া লও, এই

সঙ্গে নারিকেলও পিষিয়া রাখ। ডাল বাঁটা এবং নারিকেল বাঁটা তিন চারি বার ফোটাও। এখন ইহাতে কাঁচা লঙ্কাকুচি, শুকালঙ্কাগুঁড়া, নেবুর রস এবং হুন মাখ। তেল চড়াও। দুই তিন মিনিট পরে তেলের ধোঁয়া উঠিলে একেবারে চার পাঁচটা করিয়া বড়া ছাড়। এক এক খোলা ভাজা হইতে প্রায় পাঁচ ছয় মিনিট করিয়া সময় লাগিবে। নরম আঁচে ভাজিবে। প্রায় আঠার উনিশটা বড়া হইবে। এই মটর ডালের বড়া দিয়া শুক কুল বা আমড়ার বেশ অস্থল হয়।

২২৯। পেঁয়াজ কলি ভাজা।

উপকরণ।—পেঁয়াজ কলি এক পোয়া, পাঁচ ফোড়ন দিকি তোলা, শুক লঙ্কা আধখানা, হুন দুয়ানি ভর, সরিষা তেল এক ছটাক।

প্রণালী।—পেঁয়াজ কলি এক ইঞ্চ লম্বা করিয়া কাট; মুখের দুলগুলি কাটিয়া ফেল। পেঁয়াজ কলিগুলি ধোও।

কড়ায় তেল চড়াও, লঙ্কা ফোড়ন দাও। লঙ্কার একটু রং হইয়া আসিলে পাঁচ ফোড়ন ছাড়। পাঁচ ফোড়ন ফট্ ফট্ করিতে থাকিলে পেঁয়াজ কলি ছাড়িয়া, হুন দাও। হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও। জল বাহির হইলে একবার নাড়িয়া আবার ঢাকিয়া দাও। একেবারে জল বেশ শুকাইয়া যাইলে, নাড়িয়া নাড়িয়া বেশ ভাজা ভাজা কর। ইহা ভাজিতে প্রায় মিনিট বার লাগিবে।

২৩০। বেশন দিয়া বেতোশাক ভাজা।

উপকরণ।—বেতোশাক এক ছটাক, বেশন এক ছটাক, হুন দুই চুটকি, তেল আধ পোয়া, জল আধ ছটাক।

প্রণালী।—এক এক গাছি বেতোশাকের আগার দিকের ঝাড় এক বিষং লম্বা করিয়া কাটিয়া ধুইয়া রাখ । বেশন জল দিয়া গুলিয়া শাদা করিয়া ফেটাও, এবং ইহাতে হুনটুকু মিশাও । এবারে বেতোশাকগুলি এই বেশনের গোলাতে ডুবাও ।

কড়ায় তেল চড়াও ; তেলের ধোঁয়া উঠিয়া গেলে বেতোশাকে বেশ করিয়া গোলা মাখাইয়া তেলে ছাড় । ছ তিন মিনিটের মধ্যে বেশ লাল লাল হইয়া আসিলে নামাইবে । ইহার একটা ভাল গন্ধ আছে সেই জন্য খাইতে ভাল লাগে ।

গুণাগুণ—লঘুবিপাকে ক্রিমিহা মেধাগ্নিবলবৃদ্ধকঃ ।

স্ফারঃ সৰ্বদোষয়ো বাস্তবো রোচনঃ সরঃ ॥

(রাজবল্লভ !)

‘বেতো শাক’ লঘু ক্রিমিনাশক, মেধা, অগ্নি ও বলবৃদ্ধক, ক্ষার-যুক্ত, সৰ্বদোষ নাশক, কটিকর ও সারক ।

২৩১ । ওল বা কচু ভাজা ।

উপকরণ।—ওল বা কচু দেড় ছটাক, হুন ছয়ানি তর হালুদ এক চুটকি, তেল দেড় ছটাক, জল তিন পোয়া, তেঁতুল দুই ছড়া ।

কচু বা ওল বাছিবাব উপায়—ভাজিয়া খাইতে মানকচুই ভাল । ওলের গা খুব লাল হইলে আর উহার গায়ে চারিদিকে মুখী বাহির হইয়াছে দেখিলে, সেই গুলিই ভাল বুঝিবে । ওল ও কচু যোদ্ধে শুকাইয়া লইয়া জল মাখিয়া লইতে হয়, তাহা হইলে আর মুখ কুট কুট করে না ।

প্রণালী।—কচু বা ওল একটু পুরু পুরু অর্ধ চক্রাকারে বানাইয়া জলে ফেল । বতস্কণ ইহার হৃদয়ের মত জল বাহির হয় শুভস্কণ

রগড়াইয়া জল বদলাইয়া ধুইয়া ফেল। পরে যখন দেখিবে ইহার আটা গিয়াছে, তখন দুই ছড়া তেঁতুল ও দুই চুটকি হুন দিয়া জলে সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দিবে। কথিত আছে ওল বা কচু সিদ্ধ হইবার সময় ইহার জল যদি উথলিয়া গিয়া উনানে পড়ে, তাহা হইলে ভাল কচু কি ওল হইলেও মুখ চুলকায়। জল উথলিয়া না পড়ে এই বুঝিয়া জল দিতে হইবে। প্রায় আধ ঘণ্টা সিদ্ধ হইলে জল ঝরাইয়া ফেলিবে। কিন্তু ইহার পরে আর কাঁচা জল দিয়া ধুইবে না।

এবারে কড়ায় তেল চড়াইয়া দাও। তেলের ধোঁয়া বাহির হইলে ওল বা কচু ছাড়। ভাজা ভাজা কর। চার পাঁচ মিনিটের মধ্যে ভাজা হইয়া যাইবে।

২৩২। ছানার কাটলেট।

উপকরণ।—ছানা পাঁচ ছটাক, শফেদা (চালের গুঁড়া) সিকিতোলা, দারুচিনি সিকিতোলা, জায়ফল সিকিথানা, লঙ্গ চারিটা, শুক্ল লঙ্কা একটা, পুদিনা পাতা পাঁচ ছয়টা, হুন ছয়ানিভর, ঘি দেড় ছটাক, আদা আধ তোলা, পেঁয়াজ এক কাঁচা।

প্রণালী।—আগের দিন সন্ধ্যার সময় ছানা আনিয়া জলে ভিজাইয়া রাখিবে। বাসী ছানারই কাটলেট ভাল হয়। কারণ বাসী ছানা হইলেই একটু টক হয়, ইহাতে দইয়ের অভাব কিঞ্চিৎ পূরণ করে। একটা কাপড়ে ছানা জড়াইয়া ধানিকটা জল নিংড়াইয়া ফেল। এবারে ছানা একটা পাত্রে রাখিয়া হাতের তেলো করিয়া মাড়িয়া লও। আদাও পেঁয়াজ ছেঁচিয়া তাহার রস ইহাতে দাও। পেঁয়াজের রস বাদ দিলেও চলে। দারুচিনি, লঙ্গ, ও জায়ফল গুঁড়াইয়া তাহার অন্ধেবটুকু মাখ। শফেদা-

টুকু ও শুকালকা কুটিয়া ছানায় মাখ। পরে পুদিনা পাতা কিমা করিয়া দাও (পান্নি, সেলেরি দিলেও বেশ হয়)।

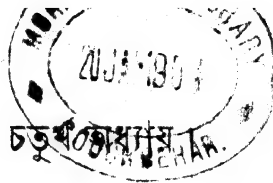
এবারে নুন মাখিয়া কাটলেটের মত গড়নে আধ বিঘৎ লম্বা করিয়া ছয়টা কাটলেট গড়।

তৈয়ে ঘি চড়াও ; ঘিের ধোয়া উঠিলে দু'তিন খানি করিয়া ছাড়। দুপিঠ বেশ গাঢ় তামাতে রংএর হইয়া আসিলে নামাইবে। এক এক খোলা ভাজা হইতে দু'তিন মিনিট করিয়া লাগিবে। ইহা নরম আছে ভাজিতে হইবে।

ভোজনবিধি।—ইহা মাংসের কাটলেটের পরিবর্তে অনায়াসে চলিয়া যাইতে পারে। খাইতে বড় চমৎকার হয়। ভাতের সময়, চা পানে, এবং লুচিতে দিতে পারা যায়। নিরামিষ ভোজীদের পক্ষে ইহা অতি সুখাদ্য। ইহাতে পেঁয়াজটুকু বাদ দিয়া আদা দিলেও চলে।

২৩৩। নালতে ভাজা।

প্রণালী।—আগুনের উপর তাওয়া রাখিয়া তাহাতে নালতে শাকগুলি নাড়াচাড়া করিয়া নামাও। এই রকম শুক্ক ভাজাকে কাঠিখোলায় চমকাইয়া লওয়া বলে। তারপরে হাতে করিয়া গুঁড়াইয়া রাখ। এক গ্রাস ভাতে তিন চার ফোঁটা গাওয়া ঘি মাখিয়া তাহার উপরে দুই চুটকি নালতে গুঁড়া মাখিয়া ভাত খাইবার আগেই ইহা খাইতে হয়। বহুদিনের অজীর্ণ রোগ আরাম হয়।



ছেঁচকী ।

প্রয়োজনীয় কথা ।

ছেঁচকী।—ভাজাভুজি যেমন সচরাচর ভাসা অর্থাৎ বেশী পরিমাণ তেলে ভাজিতে হয়, ছেঁচকী সেই প্রকার অন্ন তেলে ভাজিতে হয়। ছেঁচকী রাঁধা গৃহস্থের সুবিধা করা। ইহা রাঁধিতে গেলে তেল ও মশলা কম লাগে। তরকারী পাকিয়া বুড়া হইয়া গেলে যখন তরকারী সত্তা হইয়া যায় সেই সময়ে ঐ বুড়া তরকারীরই প্রায় ছেঁচকী রাঁধা হইয়া থাকে। গৃহস্থের কোন সামান্য জিনিশও অপচয় করা কর্তব্য নহে। কোন সামান্য জিনিশও নষ্ট করিতে না দিয়া তাহার দ্বারা কোন একটা উৎকৃষ্ট সামগ্রী প্রস্তুত করিতে হইবে, ইহাই গৃহিণী-দিগের একটা প্রধান লক্ষণ। বুড়া তরকারীরই যে কেবল ছেঁচকী হয় আর কচি তরকারীর হয় না তাহা নয়। কচি তরকারীর অন্যান্য নানা প্রকার খাদ্য প্রস্তুত হয়, সেই কারণে নূতন তরকারীর ছেঁচকী রাঁধা দরকার হয় না। ছেঁচকী রাঁধিতে হইলে, প্রথমে তরকারী সিদ্ধ করিয়া জল গালিয়া লইতে হয়, তাহার পর, তেল চড়াইয়া ফোড়ন ছুকিয়া ভাজা ভাজা করিয়া নামা-ইবার ঠিক পূর্বে বা নামাইয়াই সরিষা বাটা মাখিয়া লইতে হয়।

মশলা।—সরিষা ফোড়নও দিতে হয় আবার সরিষা বাটাও দিতে হয়। লঙ্কা, ফোড়ন, হুন, তেল, এই তো ইহার মশলা।

কোন কোন ছেঁচকীতে গোলমরিচ বাটা, রাঁধুনি, পেঁয়াজ, আদা প্রভৃতি ব্যবহার করা হয় ।

পাত্র।—ইহা প্রায় কড়াতেই রাঁধা হইয়া থাকে । তবে মোটা প্রভৃতি কষ বিশিষ্ট দ্রব্য রাঁধিতে গেলে হাঁড়িই ভাল ।

ভোজনবিধি।—ছেঁচকী, ভাজির পরে সাজাইয়া দেওয়া হয় । ইহা ডাল ভাত, বি ভাত, ধিচুড়ির সহিত খাইতে হয় । এক একটা ছেঁচকী লুচির সহিত খাইতেও ভাল লাগে ।

২৩৪ । বিলাতী কুমড়ার ছেঁচকী ।

উপকরণ।—লাল কুমড়া দেড় পোয়া, শুকালকা একটি, সরিষা ছয়ানিভর, মুন সিকিতোলা, সরিষা তেল এক ছটাক ।

প্রণালী।—খোসা ছাড়াইয়া লাল কুমড়া ছোট ছোট করিয়া বানাও এবং ধুইয়া রাখ ।

কড়ায় তেল চড়াও ; লকা ফোড়ন দাও, তার পরে সরিষা ফোড়ন দাও । ফোড়ন চূড়বুড় করিলে কুমড়া ছাড় এবং মুন দাও । খুঁটি দিয়া নাড়া চাড়া কর । মিনিট দশের ভিতর ইয়া বাইবে ।

২৩৫ । পটোল ও কুমড়ার ছেঁচকী ।

উপকরণ।—লাল কুমড়া আধপোয়া, বারটা পটোল, আলু একটা, হলুদ আধতোলা, রসুন দুইকোয়া, আদা এক তোলা, শুকালকা দুইটি, তেল এক ছটাক, পেঁয়াজ একটি, তেঁতুল এক কাঁচা, জল পাঁচ ছটাক ।

প্রণালী।—কুমড়ার খোসা ছাড়াইয়া ছোট ছোট করিয়া বানাও । আলুকে ছোকার আলুর আকারে ছোট ছোট ডুমা ডুমা

করিয়া বানাই, পটোলের খোসা ছাড়াইয়া লম্বাদিকে বিধও
করিয়া প্রত্যেক খণ্ড আবার তিনখানা করিয়া আড়ে বানাইয়া
রাখ। হলুল, রসুন, আদা ও শুক্লালকাটি পিষিয়া রাখ। পেঁয়-
জটা কুঁচাইয়া রাখ।

এক ছটাক তেল চড়াও। আগে পেঁয়াজ কুচি ছাড়। মিনিট
দুই নাড়িয়া চাড়িয়া বাঁটা মশলা ছাড়। সাত আট মিনিট কসিয়া
খুব লাল কর। তার পরে তরকারী আর হুন ছাড়। এক
মিনিট কি দেড় মিনিট তরকারীগুলি নাড়িয়া, এক পোয়া
আন্দাজ জল দাও। হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। তিন চার মিনিট পরে
আবার নাড়িয়া চাড়িয়া হাঁড়ি ঢাকা দিয়া রাখ। মিনিট দশ পরে
তরকারী যখন সিদ্ধ হইয়া যাইবে, তখন এক কাঁচা তেঁতুল আধ
ছটাক জলে গুলিয়া ঘন মাড়িটা ঢালিয়া দাও। তার পরে আবার
আধ ছটাক খানেক জল দিবে। খুস্তি দিয়া ঘাঁটিয়া তরকারীগুলি
আধ-ভাঙ্গা করিয়া দিবে। মিনিট চার পরে এই জলটুকু মরিয়া
গেলে নামাইবে।

২৩৫। মূলাশাকের ছেঁচকী।

উপকরণ।—মূলাশাক এক ছটাক, জল এক পোয়া, শুক্ল
লম্বা একটি, পাঁচ ফোড়ন ছয়ানি ভর, তেল আধ ছটাক,
সরিষা প্রায় ছয়ানি ভর, সরিষা বাঁটা প্রায় আধ তোলা, হুন
সিকি তোলা।

প্রণালী।—মূলাশাকগুলি ছোট ছোট কুঁচা করিয়া বানাইয়া
ধোও এবং এক পোয়া জল দিয়া সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও।
প্রায় পনের মিনিট সিদ্ধ হইলে তবে নামাইয়া একটা চুব-

ভিত্তে চালিয়া দাও । জল করিয়া যাক । হাত দিয়া নিংড়াইয়া যতটা পার জল গালিয়া ফেল ।

কড়ায় তেল চড়াইয়া, মিনিট দুই পরে তাহাতে লক্ষা ফোড়ন দাও । একটু পরেই পাঁচ ফোড়ন ছাড়িয়া তার পরে সরিষা ফোড়ন ছাড় । কোড়ন চুড় চুড় করিয়া থামিলেই শাক ছাড় । নাড়িয়া চাড়িয়া প্রায় মিনিট চার পরে সরিষা বাঁটা দাও । খুস্তিদিয়া দু একবার নাড়িয়া তখনি নামাইয়া রাখ ।

২৩৬ । মূলাশাকের ছেঁচকী ।

(দ্বিতীয় প্রকার ।)

উপকরণ ।—মূলাশাক এক ছটাক, জল এক গোয়া, শুক্ল লক্ষা দুইটী, সরিষা ছয়ানি ভর, সরিষা বাঁটা প্রায় আধ তোলা, তেল আধ ছটাক, হুন সিকি তোলা ।

প্রণালী ।—মূলাশাকগুলি কুচি কুচি করিয়া বানাইয়া জলে সিদ্ধ করিতে চড়াও । প্রায় মিনিট পনের সিদ্ধ হইলে পর জল গালিয়া ফেল ।

কড়ায় তেল চড়াও ; তেলে একটি শুক্ল লক্ষা ফোড়ন দিয়া তার পরে সরিষা ফোড়ন ছাড় । ফোড়ন হইয়া আসিলে অর্থাৎ ফোড়নগুলি চুড় চুড় করিয়া থামিয়া গেলে, শাকগুলি ছাড়িবে ও এই সময় হুন দিবে । তেলে শাকে বেশ মিশাইয়া গেলে কড়া নামাইয়া বাঁটা সরিষাটুকু ও একটি লক্ষা বাঁটা মাখ ।

২৩৭ । লাউয়ের ক্ষার ছেঁচকী ।

উপকরণ ।—লাউ আধ গোয়া, তেল দেড় কাঁচা, হুন প্রায়

তিন আনি ভর, সরিষা বাঁটা সিকি তোলা, গোলমরিচ বাঁটা সিকি তোলা, ক্ষার দু তিন রতি, * জল এক ছটাক ।

প্রণালী।—লাউয়ের খোলা ছাড়াও। লাউগুলি ছোট খণ্ড খণ্ড করিয়া কাটিয়া ধুইয়া লও। একটি মাটির হাঁড়িতে তেল চড়াও ; তেলের দোয়া উঠিলে খণ্ড খণ্ড লাউগুলি ছাড় আর নুন দাও। মিনিট তিন চার পরে লাউয়ের জল সরিষা গেলে, সরিষা বাঁটা ও গোলমরিচ বাঁটা এবং ক্ষারটুকু এক ছটাক জলে গুলিয়া ঢালিয়া দাও। মিনিট তিনের মধ্যে জলটুকু সরিষা যাইলে নামাইবে।

ছাঁচি কুমড়ার ক্ষার ছেঁচকিও ঠিক এই রকম করিয়া করিতে হয়।

২৩৮। ওল ছেঁচকী।

উপকরণ।—ওল এক পোয়া, রাইসারিষা আধ ছটাক, শুক্ল লব্ধা দুটি, কাল সরিষা সিকি কাঁচা, নুন প্রায় বার আনা ভর, চিনি সিকি তোলা, তেল এক ছটাক, তেঁতুল দুই ছড়া।

প্রণালী।—ওলের খোসা ছাড়াও। দুই ছড়া তেঁতুলের সঙ্গে ওল জলে সিদ্ধ করিতে দাও। প্রায় আধ ঘণ্টা সিদ্ধ হইলে পর জল করাইয়া, ওলে বাঁটা সরিষা মাখ। তেল চড়াও। তেলে লব্ধা আর গোটাকতক সরিষা কোড়ন ছাড়িয়া সিদ্ধ ওলগুলি ছাড় এবং নুন দাও। ভাজা ভাজা কর। নামাইবার সময় চিনিটুকু দিয়া নাড়িয়া নামাও।

২৩৯। ডেকো ডাঁটার ছেঁচকী।

উপকরণ।—ডেকো ডাঁটা এক ছটাক, তেল আধ ছটাক, শুক্ল

লক্ষা একটা, গোটা সরিষা (ফোড়নের জন্য) প্রায় ছয়ানি ভর, সরিষা বাঁটা আধ তোলা, জল আধ পোয়া, হুন প্রায় তিন আনা ভর।

প্রণালী।—মিষ্টি দেখিয়া কচি অথচ মোটা মোটা ডেকোডাঁটা আনিবে। এক এক আঙ্গুলের সমান লম্বা করিয়া কাটিয়া ধুইয়া রাখ।

কড়ায় আধ ছটাক তেল চড়াইয়া তাহাতে শুক্লা লক্ষা আধখানা করিয়া ভাঙ্গিয়া ফোড়ন দাও, তার পরেই সরিষা ফোড়ন দাও। সরিষার চুড়বুড়ানি শব্দ থামিয়া গেলে ডাঁটাগুলি ছাড়িবে এবং এই সময় তিন আনি ভর হুন দিবে। মিনিট দুই নাড়া চাড়া করিয়া প্রায় আধ পোয়াটাক জল দাও। প্রায় ছয় সাত মিনিট পরে ডাঁটাগুলি সিদ্ধ হইয়া হইয়া নরম হইয়া আসিলে এবং সব জল টুকু শুকাইয়া তেলের উপরে থাকিলে, নামাইয়া সরিষা বাঁটা মাখিবে।

আরেক রকমেও ছেঁচকী হইতে পারে। ডাঁটাগুলি প্রথমে জল ও হুন দিয়া সিদ্ধ করিয়া লইয়া, শেষে তেল চড়াইয়া সরিষা ও লক্ষা ফোড়ন দিয়া ডাঁটাগুলি সাঁতলাইয়া লও।

২৪০। সজিনাকুলের ছেঁচকী।

উপকরণ।—সজিনা ফুল আধপোয়া, ছাড়ান কলাইগুঁটি এক ছটাক, তেল দেড়ছটাক, সরিষা ছয়ানিভর, শুক্লালক্ষা একটা, হুন প্রায় ছয়ানিভর, জল আধ ছটাক, সরিষা বাঁটা আধ তোলা।

প্রণালী।—সজিনা ফুলের কুঁড়িগুলি বাছিয়া বাছিয়া লইবে, যেন পোকা প্রভৃতি না থাকে। বেশ করিয়া ধুইয়া লও।

হাঁড়িতে দেড় ছটাক তেল চড়াও। তেলের ধোঁয়া উঠিলে তাহাতে শুক্লালক্ষা ফোড়ন দাও এবং তার পরেই সরিষা ফোড়ন

দিয়া সজিনা ফুলগুলি ছাড়। প্রায় মিনিট তিন চার ভাজা ভাজা করিয়া কড়াইশুঁটিগুলি ছাড়। চার পাঁচ মিনিট পরে কলাইশুঁটিগুলি ফুটফাট করিয়া ভাজা ভাজা হইলে, হুন আর আধ ছটাকখানেক জল দাও। এক মিনিট কি দেড় মিনিটের মধ্যে জলটুকু মরিয়া যাইলে পর, নাড়াচাড়া করিয়া নামাইয়া রাখ।

ইহা মাঘ কাঙ্কনে থাইবার সময়।

২৪১। নারিকেল দিয়া ঝিঙা ছেঁচকী।

উপকরণ।—ঝিঙা চারিটা (ওজনে এক পোয়া), সরিষা তেল দেড় কাঁচা, শুকালঙ্কা একটা, সরিষা ছ্যানিভর, হুন ছ্যানিভর, নারিকেল কোরা আধছটাক।

প্রণালী।—ঝিঙার খোসা ভাল করিয়া ছাড়াইয়া ফেল। প্রায় সিকিইঞ্চি পুরু করিয়া চাকা চাকা করিয়া বানাও এবং ধুইয়া রাখ।

হাঁড়ি বা কড়ায় দেড়কাঁচা তেল চড়াও। একটা লঙ্কা ভাজিয়া ফোড়ন দাও এবং তার পরেই সরিষা ফোড়ন দাও। ফোড়ন হইয়া আসিলে ঝিঙাগুলি ছাড়িয়া, হু একবার নাড়িয়া দাও; উহাতে হুন ছাড়িয়া হাঁড়ি ঢাকা দাও। ঝিঙার জল বাহির হইবে। প্রায় মিনিট সাত আট পরে ক্রমে ঝিঙার জল মরিয়া গেলে পর, কোরা নারিকেল দিয়া নাড়িয়া, হাঁড়ি নামাইয়া ফেলিবে।

২৭২। সজিনাডাটার ছেঁচকী।

উপকরণ।—সজিনাডাটা আধপোয়া, তেল এক কাঁচা, হুন ছ্যানিভর, জল আধ পোয়া, সরিষা ছুটুকি, শুকালঙ্কা একটা।

প্রণালী।—সজিনাউটাগুলি এক এক আঙ্গুলের সমান লম্বা করিয়া কাট, এবং প্রত্যেকটার আঁশ বা গুঁয়ো ছাড়াইয়া ধুইয়া রাখ। এগুলি আঁপোয়া জল দিয়া সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। মিনিট ছয় সাতের ভিতর জলটুকু শুকাইয়া গেলে নামাও।

কড়ায় এক কাঁচা তেল চড়াও। তেলে লক্ষা আধখানা করিয়া ভাপিয়া দাও আর সরিষা ফোড়ন দাও। ফোড়নগুলি চুড়বুড় করিয়া থামিয়া গেলেই ডাঁটাগুলি ছাড়, এবং মুন দিয়া ছ তিন মিনিট নাড়াচাড়া করিয়া নামাও।

২৪৩। লাউয়ের ছেঁচকী।

উপকরণ।—লাউ দেড় পোয়া, তেল এক কাঁচা, মুন প্রায় তিন আনিভর, সরিষা এক তোলা, শুকালক্ষা একটা, কাঁচালক্ষা তিন চারিটা।

প্রণালী।—মোটো মোটো কুচি করিয়া লাউ বানাইয়া ধুইয়া রাখ।

কড়ায় তেল চড়াইয়া তাহাতে লক্ষা ফোড়ন ও ছয়ানিভর সরিষা ছাড়। সরিষা ফোটা থামিলে, লাউ ছাড়িয়া মুন দাও। হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও। এবারে ইহার জল বাহির হইবে। প্রায় মিনিট দশ পরে যখন ইহার জল শুকাইয়া গিয়া কেবল একটু রস রস থাকিবে, তখন কাঁচালক্ষা কুচি আর বাঁটা সরিষা দিবে, তার পরে খুস্তি দিয়া ঘন ঘন নাড়িয়া দিবে। ছ তিন মিনিট পরে তবে নামাইবে।

যখন লাউ পাকা হইয়া যায়, যখন উহা অল্প কোন রান্নায় কাজে লাগে না তখন এই রকম ছেঁচকী করিয়া খাও।

২৪৪। থোড় ছেঁচকী।

উপকরণ।—থোড় এক পোয়া, নারিকেল এক ছটাক, তেল দেড় কাঁচা, হুন প্রায় সিকি তোলা, সরিষা আধ তোলা, শুক্ল লঙ্কা একটা, কাঁচা লঙ্কা তিন চারিটা, জল আধ পোয়া।

প্রণালী।—থোড়ের উপরের খোলা ছাড়াইয়া ঢাকা ঢাকা করিয়া বানাও, এবং সঙ্গে সঙ্গে ইহার আঁশের মত সূতা আঙ্গুলে জড়াইয়া যাও। ঢাকা ঢাকা বানান থোড়গুলি এইবারে কুঁচাইয়া জলে ফেল। নারিকেল সরু সরু করিয়া কুচাও। কাঁচা লঙ্কা কুচাইয়া রাখ।

কুঁচা থোড়গুলি জলে সিদ্ধ করিতে চড়াও। প্রায় মিনিট দশ সিদ্ধ হইলে নামাইয়া ঠাণ্ডা করিতে দাও। তার পরে জল নিংড়াইয়া থোড়গুলি উঠাইয়া রাখ।

তেল চড়াও। তেলে লঙ্কা ও সরিষা ফোড়ন ছাড়িয়া পরে থোড়গুলি ছাড়। হু তিন মিনিট নাড়িয়া নারিকেল, কাঁচালঙ্কা কুচি এবং হুন দাও। আরো হু তিন মিনিট নাড়িয়া প্রায় আধ তোলা সরিষা বাঁটা দাও। উনানের উপরেই থোড়গুলি সরিষা বাঁটা মাখিয়া তবে নামাও।

২৪৫। ডুমুর ছেঁচকী।

প্রণালী।—ঠিক থোড় ছেঁচকীর মত করিয়াই ডুমুর ছেঁচকী করিতে হয়। তবে ইহাতে আর কুঁচা নারিকেল, দিতে হয় না। ডুমুরগুলি অর্ধেক করিয়া কাটিতে হইবে।

২৪৬। ইঁচড়ের ছেঁচকী।

উপকরণ।—ইঁচড় আধ সের, বুনা নারিকেল একটি (নারি-

কেল কোরা এক পোয়া), আদা এক তোলা, পেঁয়াজ এক ছটাক, হলুদ আধ তোলা, মুন এক তোলা, শুক্ল লব্ধা তিন চারিটা, রাঁধুনি সিকি তোলা, জল সাড়ে তিন পোয়া, তেল এক ছটাক, তেজপাতা একটা, ছোট এলাচ একটি, লঙ্গ তিনটা, দারচিনি দুয়ানি ভর।

প্রণালী।—ইচড়ের খোলা ছাড়াইয়া বুকো কেলিয়া কুচি কুচি করিয়া বানাও এবং ধোও। নারিকেল কুরিয়া রাখ। আধ ছটাক পেঁয়াজ, হলুদ, শুক্ল লব্ধা সব একত্র পিষিয়া রাখ। আধ পোয়া গরম জলে নারিকেল কোরা গোল এবং ছাঁকিয়া দুধ বাহির কর। ছোট এলাচ, লঙ্গ, দারচিনি পিষিয়া রাখ।

তিন পোয়া জলে ইচড় সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। প্রায় আধ ঘণ্টা পরে সিদ্ধ হইলে নামাইয়া জল ঝরাইয়া ফেল।

তেল চড়াইয়া তাহাতে আগে কুঁচান পেঁয়াজ ছাড়। মিনিট চারের মধ্যে ভাজা হইয়া গেলে পেঁয়াজগুলি ছাঁকিয়া উঠাইয়া রাখ। এখন এই তেলে একটা তেজপাতা ছাড়িয়া রাঁধুনি কোড়ন দাও। রাঁধুনির গন্ধ বাহির হইলেই বাটা মশলা (হলুদ, পেঁয়াজ প্রভৃতি) ছাড়। খুব লাল করিয়া প্রায় মিনিট সাত ধরিয়া কসিয়া তার পরে ইচড় ছাড়। ইচড় ও চার পাঁচ মিনিট নাড়িয়া হাঁহার জলটুকু মরিয়া গেলে নারিকেল দুধ ঢালিয়া দাও। আরো মিনিট আট পরে যখন এই জলটুকু সব মরিয়া যাইবে তখন নামাইবে। নামাইয়া পেয়া গরমমশলা ছড়াইয়া দাও আর পেঁয়াজভাজা ইহার উপরে ছড়াইয়া দাও।

২৪৭। বাঁশের কোড়ের ছেঁচকী।

প্রণালী।—বাঁশের কোড়ের ছেঁচকী ঠিক ইচড়ের ছেঁচকীর মতই রাঁধিত হইবে।

২৪৯। নালতে ছেঁচকী।

উপকরণ।—নালতে পাতা আধছটাক, সরিষা বাঁটা আধ তোলা, নুন তিনআনি ভর।

প্রণালী।—নালতেপাতা আনিয়া বাছিয়া একবারটা জলে ধুইয়া পূর্ব দিন রাত্রে ভিজাইতে দাও। পর দিন সকালে জল হইতে পাতাগুলি তুলিয়া নিংড়াইয়া লও। একটি ছুরি দিয়া পাতাগুলি কুঁচাও, এবারে সরিষা বাঁটা ও নুন মাখিয়া থাইতে দাও।

২৫০। মোচা ছেঁচকী।

উপকরণ।—মোচা এক পোয়া, তেল আধছটাক, জল আধ সের, নুন প্রায় ছয় আনি ভর, মেতি সিকি তোলা, ঝালকাসুন্দ এক ছটাক, শুক্ললঙ্কা একটি।

প্রণালী।—মোচা আগে জলে সিদ্ধ করিতে দাও। প্রায় কুঁড়ি পচিশ মিনিট পরে সিদ্ধ হইলে, জল হইতে তুলিয়া নিংড়াইয়া লও।

তেল চড়াও; লঙ্কা ফোড়ন দাও, তারপরে মেতি ফোড়ন দিয়া মোচা ছাড় এবং নুন দাও। প্রায় সাত আট মিনিট ধরিয়া ভাজা ভাজা করিয়া নামাইবে এবং কাসুন্দি মাখিবে।

২৫১। বাধাকপির ছেঁচকী।

প্রণালী।—বাধাকপির ছেঁচকী ঠিক মোচার ছেঁচকীর মত করিবে। কেবল ঝালকাসুন্দির পরিবর্তে সরিষা বাঁটা মাখিবে।

২৫২। ঝিঙ্গার শুকং।

উপকরণ।—ঝিঙ্গা আধ পোয়া, কোরা নারিকেল আধ ছটাক, সরিষা বাঁটা এক তোলা, তেল এক কাঁচা, কাঁচালঙ্কা চারিটা,

আদা এক তোলা, হুন তিন মিনিট ভর, মেতি ও সরিষা মিশাইয়া ফোড়ন ছয়ানি ভর।

প্রণালী।—ঝিকার খোসা ছাড়াইয়া সৰু সৰু করিয়া বানাও। নারিকেল কুরিয়া তাহাকে আবার পিষিয়া রাখ। কাঁচালঙ্কা কয়টা কুঁচাইয়া রাখ। আদার খোসা ছাড়াইয়া ছেঁচিয়া রাখ।

তেল চড়াইয়া তাহাতে মেতি ও সরিষা ফোড়ন দাও। এই-বারে তেলে, কুঁচা ঝিকাগুলি ও হুনটুকু ছাড়; নাড়া চাড়া করিয়া ঢাকা দাও। মিনিট তিন পরে প্রায় ইহার জলটুকু মরিয়া আসিলে কাঁচালঙ্কা কুচি, সরিষা বাটা ও নারিকেল বাটাতে মিশাইয়া একত্র ছাড়। খুস্তি দিয়া নাড়িয়া ঝিকার সহিত ভাল করিয়া মিশাইয়া দাও। মিনিট দুই পরে নামাইয়া আদার রস-টুকু দাও।

২৫০। কচি মুলার ছেঁচকী।

উপকরণ।—মুলা আধ পোয়া, তেল এক কাঁচা, ফোড়নের জন্য সরিষা দুই চুটকি, সরিষা বাটা ছয়ানি ভর, শুকালঙ্কা একট, হুন ছয়ানি ভর, জল আধ পোয়া।

প্রণালী।—মুলার খোসা বাধাইয়া (মধ্যে মধ্যে খোসা রাখিয়া অল্প অল্প খোসা ছাড়ানকে “বাধাইয়া ছাড়ান” বলে।) ছাড়াও। মূলা কুঁচাইয়া, ধোও।

তেল চড়াও; শুকালঙ্কা ভাঙ্গিয়া ফোড়ন দাও, তারপরে সরিষা ফোড়ন দাও। যেই চুড়বুড় করা থামিবে তখনই মূলা ছাড়িবে। মূলাগুলি মিনিট তিন চার নাড়া চাড়া করিয়া উহাতে সরিষা বাটা এবং জল দাও। তারপরে হুন দাও। খুস্তি দিয়া নাড়িয়া দাও। জল মরিয়া গেলে নামাইয়া রাখিবে।

২৫৪। পাকা মূলা ছেঁচকী।

প্রণালী।—মূলা পাকা হইলে তাহাকে কুঁচাইয়া বা ছোট ডুমা কাটিয়া আগে সিদ্ধ করিয়া লইতে হইবে। তার পরে তেল চড়াইয়া তাহাতে লঙ্কা ও সরিষা ফোড়ন ছাড়িবে। এবং পরেই সিদ্ধ মূলাগুলি ছাড়িয়া ভাজা ভাজা করিবে। তারপরে সরিষা বাটা দিয়া নাড়িয়াই নামাইয়া রাখিবে।

২৫৫। নিম বেগুন ছেঁচকী।

উপকরণ।—নিমপাতা কুড়ি পচিশটা, বেগুন দুইটি, তেল দেড় কাঁচা, হুন দুই চুটকি।

প্রণালী।—প্রত্যেক বেগুনটিকে ছয় টুকরা বা আট টুকরা করিয়া বানাও। নিমপাতাগুলি ও বেগুনগুলি ধুইয়া রাখ।

তেল চড়াইয়া তাহাতে নিমপাতা ছাড়। দু তিন মিনিটের মধ্যে নিমপাতা ভাজা ভাজা হইলে তাহাতেই হুন-মাখা বেগুনগুলি ছাড়িবে। তিন চার মিনিটের মধ্যে গাঢ় লাল রং হইয়া আসিলে নামাইবে।

২৫৬। নিমেশিমে ছেঁচকী।

যখন কাঙ্ক্ষণ মাসে প্রচুর শিম পাওয়া যায় তখন উপরোক্ত প্রকারে নিমপাতা দিয়া শিম ছেঁচকী করিলে বেশ হয়।

চড়চড়ি।

প্রয়োজনীয় কথা।

চড়চড়ি।—ডাল-মাখা ভাতের সহিত অথবা খি-মাখা ভাতের সহিত আমরা যেমন ভাজা ইত্যাদি খাইয়া থাকি, সেই প্রকার চড়চড়িও খাই। নানা প্রকার সবজি মিশাইয়া তবে একটা চড়চড়ি হয়। ইহা কচি শাক সবজিরও হয়, আবার পাকা শাক সবজিতেও বেশ হয়। চড়চড়ি পাঁচমিশালি তরকারী দিয়া প্রস্তুত হয়। এই রকম পাঁচ মিশালী তরকারী দিয়া একটা ইংরাজী রান্না আছে যাহাকে ইংরাজীতে হজ্-পজ্ বলে। আমাদের চড়চড়ির নামও এই রকম “হাবজা-গোবজা” দিলে ক্ষতি হয়না। গৃহস্থের ব্যয়ের এবং পরিশ্রমের সংক্ষেপ করিবার জন্য চড়চড়ি রাঁধা আবশ্যক। যে গৃহস্থের সংসারে খাইতে অনেকগুলি লোক আছে সেস্থলে পাঁচ রকমের তরকারী অল্প অল্প করিয়া রাঁধিতে দেওয়া অপেক্ষা মোটামুটি একটা চড়চড়ি বেশী করিয়া দিলেই চলে।

চড়চড়ি অল্প তেলে রাঁধা যায় বটে কিন্তু আবার বেশী তেল হইলে ভাল হয়। ইহা ঝাল ঝাল করিয়া রাঁধিলে তবে রুচিকর হয়।

শশশরি যেমন ভাজিভুজির মধ্যে ধরা যায় আবার উহা সেইরূপ চড়চড়ির তালিকাতেও ধরা যাইতে পারে।

সবজি।—চড়চড়িতে নানা প্রকার তরি তরকারী মিশাইয়া দেওয়া হইলেও কিন্তু তাহার মধ্যে আবার নিজের একটা পছন্দ করিয়া লইতে হইবে, কোন তরকারী কাহার সহিত মিল খায়।

শাক সবজি বানান।—চড়চড়ির তরকারী নানা রকমে

বানাইয়া দেওয়া হয়, ইহার একটা বিশেষ কোন নিয়ম নাই। তবে মোটামুটিরকমে শাক সবজি বানাইবার কতকটা নিয়ম বলা যাইতে পারে।

আলু প্রায়ই বড় হইলে ছয় চির কি আট চির করিয়া বানান হয়। ছোট হইলে চার চির। যখন আবার নূতন আলু উঠে তখন সেই অতি ছোট ছোট আলুগুলি খোসা সমেত হইলে আন্তাই দেওয়া হয়, আর অপেক্ষাকৃত বড় হইলে চার চির বা অর্ধেক করিয়া কাটা হয়। পুরান আলুর খোসা ছাড়াইতে হয়। নূতন আলুর খোসা কখনো বা চটে বসিয়া উঠাইয়া দিয়া থাকে বা অনেক সময়ে খোসা সমেতই রাখা হয়।

কিস্মার খোসা ছাড়াইয়া প্রায় বার খানা কি ষোল খানা করিয়া বানাইতে হয়।

পটোলের বাধাইয়া খোসা কাটিতে হইবে। মধ্যে মধ্যে খোসা রাখিয়া অল্প অল্প খোসা ছাড়ানকে “বাধাইয়া ছাড়ান” বলে। পটোল প্রায়ই চারখানা কি ছয়খানা করিয়া বানান হয়।

খোড়ের খোসা ছাড়াইয়া চাকা কাটিতে হইবে, আর সঙ্গে সঙ্গে ইহার যে গুঁরা বাহির হইবে তাহা আঙ্গুলে জড়াইয়া যাইতে হইবে। তার পরে এই চাকাগুলি একত্র করিয়া চারখানা করিয়া অর্থাৎ চার ভাগে কাটিতে হইবে। যদি মোটা খোড় হয় তাহা হইলে চাকাগুলি ছয় খানা করিয়া অর্থাৎ ছয় ভাগে কাটিয়া বানাইতে হইবে। প্রায় সমস্ত চড়চড়িতেই খোড়ের তুল মাখিয়া রাখিতে হইবে। সাতলাইবার আগে খোড়ের জল নিংড়াইয়া লইতে হইবে। চড়চড়িতে বড় বেগুন বার বা ষোল টুকরা করিয়া ডুমা ডুমা আকারে বানান হয়।

ডাঁটা আঙ্গুলের সমান লম্বা করিয়া কাটিয়া দিতে হয়। আর

প্রত্যেক ডাঁটার ঝাঁশ বা খোসা ছাড়াইবে। লাউ বা কুমড়া পাতা শুলি চড়চড়িতে দু'তিন টুকরা করিয়া কুঁচাইয়া দিবে।

লাল বা বিলাতী কুমড়া যখন চড়চড়িতে দেওয়া যায় প্রায়ই খোলা সনেত দেওয়া হয়। তাহাতে চড়চড়ি বরং থাইতে ভাল হয়।

ভিন্ন ভিন্ন প্রকার চড়চড়ি লিখিবার সময়ে তরকারী বানাইবার প্রণালীও লিখিয়া দেওয়া যাইবে। শাক সবজি বানান হইয়া গেলে জলে ফেলিয়া ভালরূপে ধুইয়া লওয়া উচিত।

বড়ি।—চড়চড়িতে বড়ি দিলে উহার আশ্বাদ আরও ভাল হয়। টোপা বা ফুল বড়ি, অরহর বড়ি, তেওড়া বড়ি, মসুর বড়ি চড়চড়িতে দেওয়া হয়। ডাল ভিজাইয়া বড়া করিয়াও চড়চড়িতে দেওয়া যায়।

মশলা।—নারিষা, হলুদ, লঙ্কা এইগুলির বাঁটনা সচরাচর লাগে, পেঁয়াজ, রসুনও অনেক সময়ে ব্যবহার করা হয়।

ফোড়ন।—পাঁচফোড়ন, তিন ফোড়ন, * শুক্ল লঙ্কা, তেজ-পাতা, কাঁচা লঙ্কা, পেঁয়াজ, রসুন এইগুলি দিয়া ফোড়ন দিতে হয়। ফোড়ন দিবার সময় বিশেষ দৃষ্টি রাখা আবশ্যক কেন ফোড়ন একেবারে পুড়িয়া না যায়; তাহা হইলে তরকারী তিত হইয়া বাইতে পারে। ফোড়ন যেই ফটফট করিয়া বাষিয়া যাইবে তখন তরকারী সঁাতলাইবে।

ছাঁচনা।—তরকারী সিদ্ধ করিবার জন্য যে বাঁটা মশলা জলে শুলিয়া দেওয়া যায়, সেই মশলা-গোলা জলকে ছাঁচনা বলে। তরকারী বুঝিয়া ছাঁচনা দিতে হইবে। কারণ বেশী জল দিলে

* পাঁচ ফোড়ন, তিন ফোড়নের বিষয় ২০৯ পৃষ্ঠার নটর ডালের আশ্বাদে দেখ।

তরকারী একেবারে গলিয়া যাইতে পারে, আবার কম জল দিলে তরকারী শক্ত থাকিবে, ভাল সিদ্ধ হইবে না। কচি তরকারীতে কম জল লাগে, আর পাকা তরকারী সিদ্ধ করিতে অধিক ছাঁচনার আবশ্যক।

আঁচ।—চড়চড়ি রাঁধিবার সময় একটু আল বেশী থাকিলে হানি হয় না বরং শীঘ্র সিদ্ধ হইয়া যায়। তবে কোন কোন চড়-চড়িতে আবার মন্দা আঁচও চাহি।

ভোজন বিধি।—প্রধানতঃ ডাল ভাতে, ঘি-মাখা ভাতেই চড়-চড়ি খাইতে ভাল। তবে খিচুড়ির সহিতও চলিতে পারে। পোস্ত চড়চড়ি, ভাজা চড়চড়ি, লাউশাকের চড়চড়ি, উচ্ছে চড়চড়ি ইত্যাদি কতকগুলি চড়চড়ি পোস্ত ভাতের সহিত খাইতে ভাল লাগে।

২৫৭। ফুলকপির চড়চড়ি।

উপকরণ।—আলু আধ পোয়া, ফুলকপি আধ পোয়া, শিম এক ছটাক, ছাড়ান কলাইগুঁটি এক ছটাক, বিটপালম বা রাজা মোখা একটা, কচি খেড় আধ পোয়া, কুমড়াবড়ি দশটা, সরিষা তেল দেড় ছটাক, কাঁচালঙ্কা তিনটা, শুকালঙ্কা তিনটা, তিন ফোড়ন সিকিতোলা, তেজপাতা দুইখানা, জল এক পোয়া, হলুদ সিকিতোলা (একগিরি,) সরিষা সিকি তোলা, মুন একতোলা, জল এক পোয়া।

প্রণালী।—আলুর খোসা ছাড়াইয়া তাহাকে চার ভাগে বা ছয় ভাগে কাটিবে; ফুলকপি ডালে ডালে কাটিয়া লইবে; শিমের বোঁটা কাটিয়া ফেলিয়া দু'তিন টুকরা করিয়া কাটিবে। বিটের খোসা ছাড়াইয়া ডুমা ডুমা করিয়া কাটি। খেড় চাক্য করিয়া

বানাইয়া প্রত্যেক ঢাকা আবার চার টুকরা করিয়া কাটিবে। সব তরকারী আলাদা আলাদা ধুইয়া রাখিবে।

হলুদ, একটি শুকালক্ষা ও সরিষা একত্রে বাঁটিয়া রাখ।

হাঁড়িতে তেল চড়াও। তেলের ধোঁয়া উঠিলে বড়ি ছাড়। বড়ি লাল করিয়া কসিয়া উঠাইয়া রাখ। বড়িগুলি চার পাঁচ মিনিটের মধ্যে কসা হইবে। এইবারে দুখানি তেজপাতা, ছোট শুকালক্ষা, আর তিনটী কাঁচালক্ষা ছাড়। একটু পরেই শুকালক্ষার গাঢ় লাল রং হইয়া আসিলে তিন ফোড়ন ছাড়। ফোড়নের চুড়্ চুড়্ শব্দ থামিয়া গেলে কপি ছাড়। কপিগুলি মিনিট তিন ধরিয়া কসিবার পর শিম, আলু, বিটপালম ও খোড় ছাড়িবে। মিনিট দ্বাত্ত ধরিয়া তরকারীগুলি ভাল রকম কসা হইয়া গেলে মুন দিবে। তারপরে এক পোয়া জলে মশলার বাঁটনা গোল এবং এই ছাঁচনা ঢালিয়া দাও; হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও। মিনিট দশ পরে তরকারী উঠাইয়া দেখিবে সিদ্ধ হইয়াছে কি না। যখন তরকারী সিদ্ধ হইতে আর এক ফুট বাকী থাকিবে, তখন কলাইশুটি-গুলি ঢালিয়া দিবে। কলাইশুটি আগে হইতে দিলে তরকারী কাল হইয়া যায়। জল মরিয়া গেলে নামাইবে। ছাঁচনা দিবার পর প্রায় মিনিট পনের ধরিয়া সিদ্ধ হইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা লুচিতেও খাওয়া যায় এবং ভাতেও খাওয়া যায়।

২৫৮। বাঁধাকপির চড়চড়ি।

প্রণালী।—বাঁধাকপির চড়চড়ি ও এই রকম করিয়া রাখিতে হইবে, কেবল বিটপালম দিবে না। একটি আন্ত বাঁধাকপি আটখানা করিয়া কাটিবে।

২৪৯। পেঁয়াজ কলির চড়চড়ি।

উপকরণ।—পেঁয়াজ কলি তিন আঁট (ওজনে এক পোয়া), আলু আটটা (ওজনে প্রায় এক পোয়া), পটোল চারিটা (ওজনে আধপোয়া), হলুদ বাঁটা (ওজনে এক কাঁচা), সরিষা তেল আধ ছটাক, হলুদ বাঁটা আধ তোলা, সরিষা বাঁটা আধ তোলা, শুক্ল লবঙ্গ বাঁটা সিকি তোলা, মুন প্রায় আধ তোলা, রাঁধুনি ও তিন ফোড়ন মিশাইয়া ছয়ানি ভর, জল এক পোয়া।

প্রণালী।—পেঁয়াজ-কলিগুলি এক আলুর সমান লম্বা করিয়া কাট। মুখের শিষটুকু ফেলিয়া দিবে। আলুর খোসা ছাড়াইয়া চার ভাগে কিছা ছয় ভাগে কাটিয়া বানাও। এই চড়চড়িতে নূতন ছোট ছোট আলু আধখানা করিয়া কাটিয়া দিলেও বেশ হয়। নূতন পটোলের খোসা না ছাড়াইলেও চলে, পটোলগুলি চারখানা করিয়া কাট। সব তরকারী ধুইয়া রাখ।

হাঁড়িতে তেল চড়াও। তেলের ধোঁয়া উঠিলেই বড়িগুলি ছাড়। বড়ির রং একটু লালচে হইয়া আসিলেই হাঁড়ি নামাইয়া, খুস্তিঘারা বড়িগুলি নাড়িয়া নাড়িয়া উঠাইয়া রাখিবে। বড়িগুলি উঠাইয়া রাখিবার পর এই তেলেতেই প্রথমে পাঁচফোড়ন ছাড়, তার পরে তরকারীগুলি সব ছাড়। প্রায় মিনিট ছয় সাত ধরিয়া কসিয়া মুন দাও। নাড়িয়া চাড়িয়া হলুদ, সরিষা ও লবঙ্গ বাটনা এক পোয়া জলে গুলিয়া ঢালিয়া দাও। ফুটিয়া উঠিলে বড়িগুলি ও ছুইটি কাঁচা লবঙ্গ অর্ধেক করিয়া ভাঙ্গিয়া ছাড়। মধ্যে মধ্যে ছ একবার নাড়িয়া দিতে হইবে। প্রায় মিনিট ছয় সাত পরে ইহার জল ময়িলে এবং সব সিদ্ধ হইয়া গিয়াছে দেখিলে, নামাইয়া রাখিবে।

২৬০। পোস্ত চড়চড়ি ।

উপকরণ।—আলু আধ গোয়া, ফুল বা টোপা বড়ি এক কাঁচা, পোস্ত এক ছটাক, শুক্ল লঙ্কা তিনটা, কাঁচা লঙ্কা দুইটা, হলুদ দুয়ানি ভর, তিন ফোড়ন (মোরী, কাগজীরা, মেতি) সিকি তোলা, জল দেড় ছটাক ।

প্রণালী।—আলুগুলির খোসা ছাড়াইয়া ছোট ছোট ডুমা করিয়া বানাও অথবা কুচি কুচি করিতেও পার। তার পরে মুইয়া রাখ ।

পোস্তগুলি এক বাটী জলে ফেল । এইরূপ করিলে পোস্তগুলি উপরে ভাসিতে থাকিবে এবং বালি জলের নীচে পড়িয়া যাইবে । পোস্তগুলি জলের উপর হইতে ছাঁকিয়া তুলিয়া লইবে । তিন চারিবার জল বদলাইয়া মুইবে । পোস্তগুলি এইবারে ছুটি শুক্ল লঙ্কার সহিত পিষিয়া ফেল ।

হলুদ টুকু আলাদা বাঁটিয়া রাখ ।

তেল চড়াও । তেলের ধোঁয়া বাহির হইলে বড়িগুলি ছাড় । দু এক মিনিটের মধ্যে বড়িগুলি লালচে হইয়া আসিলে উঠাইয়া রাখ । এই তেলে একটা লঙ্কা ফোড়ন ছাড়িয়া তারপরে তিন ফোড়ন ছাড় । ফোড়ন-ফোটা শব্দ থামিয়া গেলে আলু ছাড়িবে । প্রায় মিনিট তিন পরে যখন দেখিবে আলুর উপরে তেলের বৃন্দ-বৃন্দ উঠিতেছে, তখন পোস্ত-বাঁটা ছাড়িবে । ক্রমাগত খুস্তি দিয়া নাড়িয়া দিবে । প্রায় তিন চার মিনিট পরে যখন দেখিবে পোস্তের রং অনেকটা লাল হইয়া আসিয়াছে, এবং আরো যখন দেখিবে পোস্ত হইতে তেল বাহির হইতেছে, তখন হলুদ বাঁটা ও জল দিবে । এই সঙ্গে মুন ও দুইটা কাঁচা লঙ্কা আধাচির করিয়া কাটিয়া ছাড়িবে । কাঁচা লঙ্কা ইচ্ছা করিলে নাও দিতে পার ।

এবারে সবটা ভাল করিয়া নাড়িয়া দাও। হু এক মিনিটের মধ্যে জল টুকু মরিয়া তেল-চুকচুকে হইলে নামাইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা লুচি, ভাত ছয়েরি সঙ্গে খাওয়া চলে।

১৬১। সজিনাডাঁটা চড়চড়ি।

উপকরণ।—সজিনা ডাঁটা আধ পোয়া বা চার পাঁচ গাছি, আলু আধ পোয়া, ঝিঙ্গা দুইটা বা দেড় ছটাক, মটরের বড়ি আধ ছটাক, বানান খোড় এক ছটাক, তেল দেড় ছটাক, হলুদ এক গিরা (সিকি তোলা), শুক্লা লক্ষা দুইটা, কাঁচা লক্ষা হু তিনটা, সরিষা সিকি তোলা, পাঁচ ফোড়ন সিকি তোলা, জল এক পোয়া, হুন আধ তোলা।

প্রণালী।—সজিনাডাঁটা তর্জনির সমান লম্বা করিয়া কাটি এবং আঁশ ছাড়াইয়া ফেল। আলুর খোসা ছাড়াইয়া ছয়খানা করিয়া বানাও। ঝিঙ্গার খোসা ছাড়াও। এক একটা ঝিঙ্গা দশ বার খানা করিয়া বানাও। খোড়ের খোলা ছাড়াইয়া চার খানা করিয়া বানাও। সব ধুইয়া রাখ।

হলুদ, একটা লক্ষা আর সরিষাগুলি বাঁটিয়া রাখ।

কড়ায় তেল চড়াও। তেলে আগে বড়িগুলি কসিয়া উঠাও। হু এক মিনিটের মধ্যেই হইয়া যাইবে। এবারে পাঁচ ফোড়ন ও একটা শুক্লালক্ষা ফোড়ন দাও। তরকারীগুলি ছাড়। প্রায় তিন চার মিনিট ধরিয়া কসিয়া, মশলার বাটনা জলে গুলিয়া ঢালিয়া দাও। হুন দাও। কাঁচালক্ষা ভাঙ্গিয়া দাও। জল ফুটিলে বড়ি দিবে। মিনিট আট দশের মধ্যে সব জল মরিয়া গেলে, বেশ নাড়া চাড়া করিয়া নামাইয়া রাখিবে।

২৩২। বড়া চড়চড়ি।

উপকরণ।—পটোল চারিটা, আলু চারিটা, ছোট বা বড় মটরডাল এক ছটাক, খোড় আধ বিষং লম্বা, মুন আধ তোলা, তেল আধ পোয়া, পাঁচ ফোড়ন সিকি তোলা, তেজপাতা দুখানা, শুকালঙ্কা তিনটা, জল বেড় পোয়া, হলুদ এক গিয়া (সিকি তোলা)।

প্রণালী।—পটোলের বাধাইয়া খোসা ছাড়ো, এবং চারখানা করিয়া বানাও। আলুর খোসা ছাড়াইয়া বানাও। বড় আলু হইলে ছয়খানা, ছোট আলু হইলে চারখানা করিয়া বানাইবে। খোড়ের খোলা ছাড়াইয়া চাকা চাকা করিয়া বানাও, তারপরে আবার প্রতি চাকা চারখানা করিয়া কাট। সব তরকারী ধুইয়া রাখ। রাধিবার এক ঘণ্টা আগে ডালগুলি ভিজাইতে দিবে। তারপরে ডাল বাঁটিয়া কেটাইয়া লও। ইহাতে কেবল একটু মুন মিশাও।

খোড়গুলিতে দুই চুটকি মুন মাখিয়া রাখ। হলুদ ও লঙ্কা দুটি পিষিয়া রাখ।

এক ছটাক তেল চড়াও। তেলে ডালের ছোট ছোট করিয়া ফুলুরি বা বড়া ছাড়। মিনিট তিন চারের মধ্যে অন্ন অন্ন লাল করিয়া ভাজা হইয়া যাইলে উঠাইয়া রাখিবে। ইহা বেশী লাল করিবার আবশ্যক নাই।

এখন এই তেলেতেই আলু, পটোল ও খোড় (খোড়ের জল নিংড়াইয়া কোলিবে) ছাড়িবে। প্রায় পাঁচ মিনিট ধরিয়া খুঁটি দিয়া নাড়িয়া নাড়িয়া কস। যখন দেখিবে ইহার প্রায় সব জল মরিয়া গিয়াছে এবং শাঁশ শব্দ হইতেছে, আর তর-

কারীর রং একটু লালাত হইয়াছে, তখন তরকারী উঠাইয়া রাখিবে। ইহাই তরকারী কসা হইল।

কড়ায় আবার এক ছটাক তেল চড়াও। তেলে তেজপাতা ছথানা, পাঁচ কোড়ন এবং একটা শুক্ললক্ষা ছিঁড়িয়া কোড়ন দাও। কোড়নের বেশ গন্ধ বাহির হইলে তরকারী ছাড়। একবার খুঁটিদিয়া নাড়িয়া লইয়া দেড় পোয়া জলে হলুদ ও লঙ্কার বাটনা গুলিয়া ঢালিয়া দাও। ছুন দাও। মিনিট পাঁচ ছয় কুটিলে পর যখন দেখিবে আলু সিদ্ধ হইয়া গিয়াছে, এবং জল ও অনেকটা মরিয়া গিয়াছে তখন বড়াগুলি ঢালিয়া দিবে। সবটা ভাল করিয়া নাড়িয়া দাও। হু এক মিনিট পরেই জল শুকাইয়া গেলেই নামাইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা লুচির সঙ্গে এবং ভাতের সঙ্গে খাওয়া চলে।

২৬৩। টক চড়চড়ি।

উপকরণ।—এক ফালি লাল কুমড়া (আধ পোয়া), শাদাশিম এক ছটাক, আলু তিন ছটাক, কাঁচা আম একটা, পেঁয়াজ আধ ছটাক, হলুদ বাটা আধ তোলা, শুক্ল লক্ষা দুইটি, কাঁচা লক্ষা দুইটি, তিন ফোড়ন ছয়ানি ভর, তেজপাতা একখানা, জল এক পোয়া, তেল এক ছটাক, ছুন প্রায় পোন তোলা।

প্রণালী।—লালকুমড়া ছোট পাশার আকারে বানাও। চড়-চড়ি রাখিবার সময় কুমড়ার খোলা রাখিতেও পার, আবার ছাড়াইয়া ফেলিতেও পার। শিমের বাঁটা ও শিরটা ছাড়াইয়া তিন চার টুকরা করিয়া কাট। আলু চারখানা কি ছয়খানা করিয়া বানাও। পেঁয়াজ লম্বা দিকে কুচি কর। কাঁচা আম পেঁয়াজের মত কুচি কুচি করিয়া কাট।

হাঁড়িতে এক কাঁচা সরিষা তেল চড়াও। তাহাতে আগে বড়িগুলি কসিয়া উঠাও। বড়িগুলি উঠাইয়া হাঁড়িতে আবার আর দেড় কাঁচা তেল চড়াও এবং তাহাতে তরকারী গুলি ছাড়িয়া কস। খুন দাও। হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। মিনিট পাঁচের মধ্যে তরকারী কসা হইলে উঠাইয়া রাখ। হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখিলেও মিনিট পাঁচের মধ্যে ছ তিন বার ঢাকা খুলিয়া নাড়িয়া দিতে হইবে। হাঁড়ি ঢাকা দিবার অভিপ্রায় এই যে কসিবার সঙ্গে সঙ্গে ভাপে তরকারী শীঘ্র সিদ্ধ হইয়া আসিবে।

হাঁড়িতে আবার আরো দেড় কাঁচা তেল দিয়া একটা গুরা লক্ষা ও তেজপাতা ছাড়। তার পরে পাঁচকোড়ন ও পেঁয়াজ ছাড়। মিনিট পাঁচ ছয় পরে পেঁয়াজ লাল করিয়া ভাজা হইলে তরকারী ছাড়। এই সঙ্গে হলুদ ও লক্ষা-গোলা জল দাও। হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও। মিনিট সাত আট পরে জল শুকাইয়া তরকারী সিদ্ধ হইয়া গেলে নামাইয়া রাখিবে।

২৬৪। চাঁপানটের শাক-চড়চড়ি।

উপকরণ।—নটেশাক একপোয়া, হলুদ সিকি তোলা। পেঁয়াজ এক ছটাক, গুরা লক্ষা একটা, সরিষা তেল এক ছটাক, কাঁচা লক্ষা ছ তিনটী, রসুন দুই কোয়া, তিন কোড়ন ছয়ানি ভর।

প্রণালী।—নটেশাকের মোটা ডাঁটাগুলি বাদে কেবল সরু সরু ডাঁটা আর পাতাগুলি লও। ইহার পোকা ও খারাপ পাতাগুলি বাছিয়া তিন চার বার ধুইয়া রাখিয়া দাও। গুরা লক্ষা, হলুদ ও পেঁয়াজ শিলে পিষিয়া রাখিয়া দাও। ছ কোয়া রসুন ছেঁচিয়া রাখ।

কড়ায় তেল চড়াও। তেলের ধোঁয়া বাহির হইলে তিনকোড়ন

ছাড়। তারপরে রসুন ছেঁচা ছাড়িয়াই পেয়া মশলা ছাড়। মশলা বেশ লাল করিয়া হু তিন মিনিট ধরিয়া কস। তার পরে শাক ছাড়। খুস্তি দিয়া শাক উন্টাইয়া পান্টাইয়া দাও। হুন এবং কাঁচা লক্ষা ছাড়িয়া কড়া ঢাকিয়া রাখ। শাকের জলেই শাক সিদ্ধ হইবে, আর জল দিতে হইবে না। প্রায় মিনিট পাঁচ পরে এই জলটুকু মরিয়া গেলে নামাইয়া রাখিবে। এই শাক নরম নরম থাকিবে। ইহাকে আর ভাজা ভাজা করিতে হইবে না। শাক-চড়চড়ি একটু ঝাল ঝাল হইলেই মুখরোচক হয়।

ভোজন বিধি।—লুচি ও ভাত দুয়েরই সঙ্গে খাওয়া চলে।

২৬৫। লাউশাকের চড়চড়ি।

উপকরণ।—লাউশাক এক ছটাক, বিন্ধা এক ছটাক (একটা), পটোল এক ছটাক (চারিটা), আলু আধ পোয়া (চার পাঁচটা), ধোড় এক ছটাক (আধ বিঘৎ লম্বা), কুমড়া বড়ি ছয়টি (আধ ছটাক), হুন আধ তোলা, সরিষা বাঁটা পোন তোলা, হলুদ বাঁটা পোন তোলা, শুক্ল লক্ষা দুইটি (একটি বাঁটিবার জন্ত রাখিবে, একটি ফোড়নের জন্য), জল : দেড় পোয়া, তেল এক ছটাক, তেজপাতা দুখানা, পাঁচফোড়ন সিকি তোলা।

প্রণালী।—লাউশাকের ছটা তিনটা ডগা কাটিয়া লও। দেড় হাত সমান লম্বা ডাঁটা লইয়া তাহা তর্জনির সমান লম্বা ছোট ছোট করিয়া কাটিয়া তাহার খোসা (এঁশো) ছাড়াইয়া রাখ। আলুর খোসা ছাড়াইয়া ছয়খানা করিয়া বানাও। পটোলের খোসা বাধাইয়া ছাড়াইয়া তাহা চারখানা করিয়া কাট। বিন্ধারও বাধাইয়া খোসা ছাড়াইয়া বার চৌদ্দ টুকরা করিয়া কাট। ধোড়ের খোলা ছাড়াইয়া চাকা চাকা কাটিয়া সেই চাকাগুলিকে আবার

চারখানা করিয়া কাট। সব তরকারীগুলি ধুইয়া রাখ। খোঁড়ে একটু হুন মাখিয়া রাখ।

সরিষা, হলুদ ও একটী লবঙ্গা শিলে পিষিয়া রাখ।

আধ ছটাক তেল চড়াও। তেলের ধোঁয়া বাহির হইলে বড়ি গুলি ছাড়। হু এক মিনিট কসিয়া উঠাইয়া রাখ। এইবারে ডাঁটা প্রভৃতি সব তরকারী ছাড়। হুন দাও। নাড়া চাড়া করিয়া কল। প্রায় পাঁচ ছয় মিনিট ধরিয়া কসিবার পর যখন দেখিবে ইহার জল মরিয়া গিয়াছে, তখন শেবা মশলা দেড় পোয়াটাক জলে গুলিয়া ঢালিয়া দিবে। তিন চার মিনিট পরে জল খুব ফুটিলে বড়ি দিবে। আরো মিনিট চার পরে সব জলটুকু মরিলে তরকারীগুলি নামাইয়া আলাদা একটা পাত্রে ঢালিয়া রাখ।

ইাড়ি ধুইয়া মুছিয়া তাহাতে আবার আধ ছটাক তেল চড়াও। তেলে তেজপাতা, লবঙ্গ (ভালিয়া দিবে), ও পাঁচফোড়ন ছাড়। এইবারে তরকারী (বেগুলি আলাদা পাত্রে ঢালিয়া রাখিয়াছিলে) ঢাল। হু এক মিনিট পরে রস রসু ভাব চলিয়া গেলে নামাইয়া রাখ।

ভোজনবিধি।—এই রকম চড়চড়ি পাস্ত ভাত, গরম জাত দিয়া খাইতে ভাল লাগে।

২৬৬। কুমড়াশাকের চড়চড়ি।

প্রণালী।—কুমড়াশাকের চড়চড়িও ঠিক লাউশাকের চড়চড়ির মত করিয়া প্রস্তুত করিতে হইবে।

২৬৭। কুমড়া শাকের খাঁটা চড়চড়ি।

উপকরণ।—কুমড়া শাক এক পোয়া, আলু আধ পোয়া, খোঁড় আধ পোয়া, বিন্ধা আধ পোয়া, বেগুন আধ পোয়া, হোলা

আধ ছটাক, মরিষা বাঁটা একতোলা, হলুদ আধ তোলা। শুক্ল লক্ষা তিন চারিটা, পাঁচফোড়ন সিকি তোলা, মুন এক তোলা তেল দেড় ছটাক, জল এক পোয়া।

প্রণালী।—কুমড়া শাকের ডাঁটা ও কচি কচি পাতাগুলি লও। পাকা পাতাগুলি দিও না। ডাঁটাগুলি তর্জ্জনী আঙ্গুলের সমান লম্বা করিয়া কাট। ডাঁটাগুলির খোসা ছাড়াইয়া লইবে। পাতাগুলি দু'তিন খণ্ডে কুঁচাও, নিতান্ত কচি পাতা হইলে না কুঁচাইয়া দিলেও চলে। আলুর খোসা ছাড়াইয়া ছয় বা আট খণ্ডে কাট। ঝিঙ্গা বার টুকরা করিয়া বানাও। বেগুন ডুমা ডুমা করিয়া বানাও ভিজান ছোলা আনিয়া রাখ। ছোলাগুলি পূর্ব হইতে ভিজাইতে দিতে হইবে, সব তরকারী ধুইয়া রাখ।

মরিষা, হলুদ ও তিনটা শুক্ল লক্ষা শিলে পিষিয়া রাখ।

এক ছটাক তেল চড়াও। তেলে সব তরকারী ছাড়িয়া কস। মিনিটপাঁচ কসা হইলে পর, বাঁটা মশলা জলে গুলিয়া ঢালিয়া দাও। মুন দাও। মিনিট পনের পরে তরকারী সিদ্ধ হইয়া গেলে একটু ঝোল ঝোল থাকিতে থাকিতেই নামাইয়া, ঢালিয়া রাখিবে।

আবার আধ ছটাক তেল চড়াইয়া, তাহাতে একটি শুক্ল লক্ষা ছিঁড়িয়া ছিঁড়িয়া ফোড়ন দাও। তার পরে পাঁচফোড়ন ছাড়িয়া সব তরকারীটা (যাহা পাত্রে ঢালিয়া রাখিয়াছি) ঢালিয়া দাও। মিনিট চার পরে জলটুকু মরিয়া গেলে, তরকারী ঢালিয়া ফেলিবে। ইহা ঘাঁটা ঘাঁটা চড়চড়ি হইবে।

২৬৮। উচ্চা চড়চড়ি।

উপকরণ।—আলু চারিটা (আধ পোয়া), ঝিঙ্গা একটা (এক ছটাক), উচ্চা বারটা (এক ছটাক), পটোল চারিটা (এক ছটাক),

থোড় এক বিষং লম্বা (আধ পোয়া), তেল এক ছটাক, হলুদ বাঁটা সিকি তোলা, শুক্ল লম্বা একটি, জল আধ পোয়া, নুন প্রায় ছয় আনি ভর, আদা আধ তোলা।

প্রণালী।—আলুর খোসা ছাড়াইয়া ছয়খানা করিয়া কাট। ঝিঞ্জার খোসা ছাড়াইয়া বার চৌদ্দখানা করিয়া কাট। উচ্ছা-গুলিকে লম্বাদিকে চারখানা করিয়া বানাও। থোড়ের খোলা ছাড়াইয়া চাকা কাটিয়া সেই চাকা গুলিকে চারখানা করিয়া বানাও। সব তরকারী ধুইয়া রাখ। হলুদ ও লম্বা শিলে পিষিয়া রাখ।

হাঁড়িতে এক ছটাক তেল চড়াও, তেলের বোয়া উঠিলে উচ্ছা ছাড়। মিনিট তিন ধরিয়া উচ্ছা ভাজ। উচ্ছার জল মরিয়া ভাজা ভাজা হইলে, অন্যান্য তরকারী ইহাতে ছাড়িয়া দাও। মিনিট তিন পরে এই তরকারী গুলিও কমা হইয়া আসিলে পেয়া মশলা আধপোয়াটাক জলে গুলিয়া ঢালিয়া দাও। নুন দাও। মিনিট তিনের মধ্যে জল মরিয়া গেলে, হাঁড়ি নামাইয়া উহাতে আদা ছেঁচা মাখিয়া রাখিবে।

২৬৯। উচ্ছা চড়চড়ি (দ্বিতীয় প্রকার)।

উপকরণ।—উচ্ছা আঠারটি, ছোট আলু চৌদ্দটি, শিম সাত-খানি, তেল এক ছটাক, লম্বা একটি, তেজপাতা একখানি, পাঁচ-কোড়ন জয়ানিভর, জল সাত ছটাক, হলুদ এক গিরা (সিকি তোলা), নুন প্রায় আধতোলা।

প্রণালী।—উচ্ছাগুলি লম্বা করিয়া চার খণ্ডে কাট। আলু-গুলি চার টুকরা করিয়া কাট। শিমগুলি দু'তিন টুকরা করিয়া বানাও। সব ভাল করিয়া ধুইয়া লও।

কড়ায় তেল চড়াও। তেলে একটি শুক্ল লক্ষা ও একখানি তেজপাতা ছাড়, তারপরে পাঁচফোড়ন ছাড়। ফোড়ন হইয়া আসিলে অর্থাৎ ফোড়নের শব্দ থামিয়া গেলে, তরকারীগুলি চাড়। তরকারীগুলি নাড়িয়া চাড়িয়া বেশ ভাজা ভাজা করিয়া লও। এক্ষণে হলুদ বাটা সাত ছটাক জলে গুলিয়া ঢানিয়া দাও। ছুন দাও। প্রায় দশ পনের মিনিটের মধ্যে সব সিদ্ধ হইয়া জল মরিয়া গেলে পর, তবুও একটু নাড়া চাড়া করিয়া একেবারে শুক্ল ভাজা ভাজা রকমের করিয়া কড়া নামাইবে।

২৭০। সজিনাশাক শশুরি।

উপকরণ।—সজিনাশাক আব পোয়া, তেল দেড় কাঁচা, ছুন দুই বা তিন চুটাক, জল দেড় ছটাক, সরিষা ছয়ানি ভর, শুকালক্ষা একটা, চুন একরতি।

প্রণালী।—ঝাড় শুদ্ধ টাটকা সজিনাশাক আনিয়া সজিনা-পাতাগুলি গুলিয়া লও। চুনটুকু দেড় ছটাক জলে গুলিয়া তাহাতে শাকগুলি সিদ্ধ করিতে দাও। ছুন দাও। মিনিট তিনের মধ্যে সিদ্ধ হইয়া গেলে জল গুলিয়া ফেল। তেল চড়াইয়া, লক্ষা ও সরিষা, ফোড়ন দিয়া শাক সঁতলাও। চাপ চাপ হইয়া গেলে নামাইবে।

২৭১। ডেস্পোডাঁটার চড়চড়ি।

উপকরণ।—ডেস্পোডাঁটা আব পোয়া, ধোড় আব পোয়া, বিঙ্গা আব পোয়া, আনু তিন ছটাক, কাটালবাঁচি এক ছটাক, ছুন দশ আনি ভর, তিন ফোড়ন ছয়ানি ভর, শুকালক্ষা দুইটা, সরিষা দিকি তোলা, হলুদ দিকি তোলা, জল এক পোয়া, তেজ-পাতা একখানি।

প্রণালী।—ডাঁটাগুলি তর্জ্জনী অঙ্গুলির সমান লম্বা করিয়া বানাইয়া তাহার পায়ের খোসা উঠাইয়া ফেল। আলু চারটির করিয়া বানাও। ঝিঙ্গা ষোল টুকরা করিয়া বানাও। কাঁটাল-বীচির শাদা খোলা ছাড়াইয়া আবার লাল খোসা চাঁচিয়া ফেলিয়া অর্ধেক করিয়া কাটিয়া দাও। সব ধুইয়া ফেল।

একটি শুকালঙ্কা, হলুদ ও সরিষা একত্র শিলে পিষিয়া রাখ।

তেল চড়াও। একখানি তেজপাতা ও লঙ্কা ফোড়ন দাও। তরকারী ছাড়। খুস্তি দিয়া ঘন ঘন নাড়িয়া দাও। নুন ছাড়। হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও। তরকারীর জল বাহির হইয়া মিনিট পাঁচ পরে ঐ জল আবার শুকাইয়া গেলে, এক পোয়া জলে বাটনা গুলিয়া ঢালিয়া দাও। মিনিট দশের মধ্যে সিদ্ধ হইয়া গেলে নামাইয়া রাখিবে।

২৭২। ভাজা চড়চড়ি।

উপকরণ।—আলু চারিটা, পটোল চারিটা, খোড় এক বিঘা লম্বা (আধপোয়া), মটর ডালের বড়ি কুড়িটা, জল পাঁচ ছটাক তেল পাঁচ কাঁচা, পাঁচফোড়ন সিকি তোলা, শুকালঙ্কা একটা, তেজপাতা দুখানা, গুরু হলুদ আধ গিরা (জয়ানি-ভর), আখা আধ তোলা, নুন প্রায় আধ তোলা।

প্রণালী।—আলু ছয় বা আটটির করিয়া বানাও। পটোল ছয় টুকরা কর। খোড় প্রথমে চাকা চাকা বানাইয়া সেই চাকা গুলিকে চার চির কর। সব ধুইয়া রাখ।

এক কাঁচা তেল চড়াইয়া বড়িগুলি কসিয়া উঠাও। দু এক মিনিটের মধ্যে হইয়া যাইবে। এক পোয়া জল চড়াইয়া দাও। জল দুটতে থাকিলে সব তরকারী একেবারে ছাড়িবে।

মিনিট দশ বার পরে তরকারী সব জল টানিয়া লইলে নামাইবে।

এক ছটাক তেল চড়াও। তেলে পাঁচফোড়ন, লক্ষাফোড়ন এবং ছইখানা তেজপাতা ছাড়। ফোড়নের বেশ গন্ধ বাহির হইলে তরকারী ছাড়িবে। এক ছটাক জলে হলুদ বাঁটাটুকু গুলিয়া তরকারীতে ঢালিয়া দাও। নুনটুকু দাও। এই জল মারিয়া তরকারীটাকে তেলের উপরে ভাজা ভাজা কর। নামাইয়া আদা ছেঁচা ছড়াইয়া মিশাইয়া লও। কাঁচা আমের সময় একটি কাঁচা আমের সহিত আদা ছেঁচিয়া দিলে বেশ হয়।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, লুচি ছ্যেতেই খাওয়া চলে।

২৭৩। তেওড়া শাকের চড়চড়ি।

উপকরণ।—আলু চারিটা, তেওড়াশাক এক ছটাক, থোড় এক ছটাক, কুমড়া বড়ি চারিটা, শিম ছয়টা, সরিষা আধ তোলা, গুলা লক্ষা ছইটা, হলুদ দীর্ঘ তোলা, তেল এক ছটাক, জল প্রায় পাঁচ ছটাক, নুন প্রায় আধ তোলা, পাঁচফোড়ন দুয়ানিভর।

প্রণালী।—আলুর খোসা ছাড়াইয়া ছয় টুকরা করিয়া বানাও। থোড়ের খোলা ছাড়াইয়া চাকা করিয়া বানাইয়া, প্রতি চাকা আবার চার টুকরা করিয়া বানাও। শিমগুলির বোঁটা ছাড়াইয়া ছ তিন টুকরা করিয়া বানাও। শাকগুলি বাছিয়া রাখ। সব তরকারী ভাল করিয়া ধুইয়া লও।

সরিষা, লক্ষা ও হলুদ শিলে পিষিয়া রাখ।

আধ ছটাক তেল চড়াও। তেলের ধোঁয়া উঠিলে বড়িগুলি কসিয়া উঠাও। বড়িগুলি উঠাইয়া বাকী তেলে শাক ছাড়া

অন্ত্যন্ত সব তরকারীগুলি কসিয়া উঠাও। মিনিট চারের ভিতর হইয়া যাইবে।

তারপরে জলে নশলা বাঁটা গুলিয়া সেই ছাঁচনা চড়াইবে। কুটিয়া উঠিলে তবে তরকারী ছাড়িবে। নুন দিবে। তারপরে বখন বলক উঠিবে অর্থাৎ জল কেনার মত হইয়া কুলিয়া উঠিবে, তেওড়াশাক উপরে ছড়াইয়া দিবে। তেওড়া শাক কখন আগে ছাড়িবে না। ঠিক বলক উঠিবে অননি আলগোচে উপরে ছড়াইয়া দিতে হইবে। ছ একবার কুটিয়া উঠিলেই নানাইয়া চালিয়া রাখিবে।

আবার হাঁড়িতে আধ ছটাক তেল চড়াও; লক্ষা ও পাঁচ-ফোড়ন দিয়া, তাহাতে তরকারী চালিয়া দাঁতলাও। তরকারীর জলটা মরিয়া গেলে ছ তিন মিনিট পরে নানাইবে।

২৭৪। পলতা চড়চড়ি।

উপকরণ।—পলতাশাক আদছটাক, কাঁচকলা একটা, আলু ছ তিনটী, ছোট বেগুন তিনটী, মটরডালের বড়ি এক কাঁচা, তেল তিন কাঁচা, হলুদ সিকি তোলা, শুকালক্ষা ছটি, পাঁচফোড়ন সিকি তোলা, নুন প্রায় আধ তোলা, তেজপাতা একখানা, আদা আধ তোলা, হল এক পোয়া।

প্রণালী।—পলতার নোটা ডাঁটাগুলি বাদ দিয়া কচি ডাঁটা সমেত পাতাগুলি লও। কাঁচকলার খোসা ছাড়াইয়া ছোট ডুমা করিয়া বানাও। আলুর খোসা ছাড়াইয়া ছোট ছোট ডুমা করিয়া কাট। বেগুনও ছোট ছোট ডুমা করিয়া বানাইয়া রাখ। সব ধুইয়া রাখ। পলতাগুলি আগে হইতে ধুইয়া নুন মাখিয়া রাখিবে, তারপরে রাধিবার আগে নিংড়াইয়া ইহার রস খানিকটা

বাহির করিয়া ফেলিবে। হলুদ ও লক্ষা শিলে গিমিয়া রাখ।
আদাটুকু আলাদা বাঁটিয়া রাখ।

দেড়কাঁচা তেল চড়াও। তেলের ধোঁয়া উঠিলে বাড়িগুলি
ছ তিন মিনিট অল্প লাল করিয়া সাঁতলাইয়া, পলতা ছাড়।
পলতা ছ তিন মিনিটে যখন বেশ ভাজা ভাজা হইয়া আসিবে
তখন, উঠাইয়া বেগুন ছাড়া অন্য সব তরকারীগুলি ছাড়।
প্রায় চার পাঁচ মিনিট ধরিয়া সাঁতলাইয়া হলুদ ও লক্ষা বাটা
ছাড়। পুষ্টি দিয়া তিন চার বার নাড়িয়া পলতা ও বেগুন
দাও। আবার নাড়। এবারে এক পোয়া জল ও ছুনটুকু দাও।
চার পাঁচবার ফুটিলে বাড়ি দিবে। তরকারী সিদ্ধ হইয়া জল মরিয়া
গেলে (প্রায় সাত আট মিনিট পরে) নামাইবে।

আবার দেড় কাঁচা তেল চড়াও। তেলে তেজপাতা ও পাঁচ
কোড়ন ছাড়। সমস্ত তরকারীটা সাঁতলাও। নাড়াচাড়া করিয়া
একটু পরেই নামাইয়া আদাবাটাটুকু মাখিয়া লইবে।

২৭৫। নটেশাকের গোড়ার চড়চড়ি।

উপকরণ।—নটেশাক একছটাক, আলু আধ পোয়া, বেগুন
এক ছটাক, মূলা এক ছটাক, খোড় আধ পোয়া, সরিষা এক
তোলা, হলুদ আধ তোলা, লক্ষা ছ তিনটি, ছুন আধ তোলা,
তেল এক ছটাক, পাঁচকোড়ন সিকি তোলা, মটরডালের বাড়ি
এক কাঁচা, জল আধ সের, তেজপাতা একখানা।

প্রণালী।—নটেশাকের পাতা সমেত ডাঁটাগুলি ছোট ছোট
(প্রায় দেড় ইঞ্চি লম্বা) করিয়া কাট। ইহার শাদা গোড়াগুলি
উঁচিয়া চিরিয়া দাও। আলু আট টুকরা করিয়া কাট। বেগুন
ছোট ডুমা করিয়া কাট। মূলার আর খোঁদা ছাড়াইবার আবশ্যক

নাই, টুকরা করিয়া কাটিয়া যাও। খোড়টাকে পাতলা চাকা চাকা কাটিয়া সেই গুলিকে আবার চার টুকরায় কাটিয়া মুন মাখিয়া রাখ। সব তরকারীগুলি ধুইয়া রাখ।

সরিষা, হলুদ ও লঙ্কা শিলে পিষিয়া রাখ।

আধ ছটাক তেল চড়াও। বড়িগুলি তেলে লাল করিয়া ভাজিয়া উঠাইয়া রাখ, তার পরে সব তরকারীগুলি ঐ তেলে ছাড়িয়া মাতলাও। প্রায় পাঁচ মিনিট কাল পরে আধ সের জলে মশলাবাঁটা গুলিয়া ঢালিয়া দাও এবং মুন দাও। ফুটতে আরম্ভ করিলে বড়ি ছাড়িবে। প্রায় দশ মিনিট সিদ্ধ হইলে পর দেখিবে আলু ইত্যাদি সব সিদ্ধ হইয়া গিয়াছে, তখন জল থাকিলেও তরকারী নামাইয়া আর একটি পাত্রে ঢালিবে।

আবার আধ ছটাক তেল চড়াও; তেজপাতা ও তিন কোড়ন এবং গুড়ালঙ্কা ছাড়। তরকারী ঢালিয়া দাও। মিনিট দুই ফুটলে পর নামাইবে। একটু ঝোল ঝোল থাকিবে।

২৭৬। পালমশাকের চড়চড়ি।

উপকরণ।—পালমশাকের শিষশুদ্ধ গোড়া দুই গাছি, আলু ছয়টি, ঝিঙ্গা একটি, মূলা দুইটি, কুমড়াবড়ি আটটা, সরিষা তেল এক ছটাক, সরিষা বাঁটা দেড় তোলা, হলুদ বাঁটা আধ তোলা, পটিনাই গুড়ালঙ্কা তিনটি, জল আধসের, মুন প্রায় দশআনি ভর, তিন কোড়ন দিকি তোলা, তেজপাতা একটি।

প্রণালী।—পালমের গোড়া আনিয়া রাখ। এক এক আঙ্গুল সমান লম্বা করিয়া ডাঁটাগুলি কাটিয়া লইবে, শিষও লইবে, এবং গোড়াগুলির গা চাঁচিয়া চিরিয়া চিরিয়া রাখিবে। আলুর খোসা ছাড়াইয়া ছয় বা আট টুকরা করিয়া কাটি। ঝিঙ্গার

খোসা ছাড়াইয়া চৌদ্দ পনের টুকরা কর। মূলাও এই রকমে কাটিতে হইবে। সবগুলি ধুইয়া রাখ।

হলুদ, সরিষা ও ছটি শুকালকা পিষিয়া রাখ।

আধ ছটাক তেল চড়াও। তেলের ধোঁয়া উঠিলে বড়িগুলি লাল করিয়া ভাজিয়া উঠাইয়া রাখ। তারপরে সব তরকারী ছাড়। প্রায় মিনিট পাঁচ ছয় সাঁতলাইয়া মশলা বাঁটনা আধসের জলে গুলিয়া ঢালিয়া দাও। যখন জল ফুটেছে দেখিবে তখন বড়ি ছাড়িবে। মিনিট দশ বার পরে যখন দেখিবে তরকারীগুলি সব সিদ্ধ হইয়া গিয়াছে তখন ঝোল শুদ্ধ নামাইয়া একটি পাত্রে ঢালিবে।

আবার আধ ছটাক তেল চড়াইয়া তাহাতে তেজপাতা, একটি শুকালকা (আধখানা করিয়া ছিঁড়িয়া) ও তিন ফোড়ন ছাড়। ফোড়নের গন্ধ বাহির হইলে তরকারী ঢালিয়া দাও। মিনিট দুই পরে একটু ঝোল ঝোল থাকিতে থাকিতেই নামাইবে।

২৭৭। গিমেশাকের শশুরি।

উপকরণ।—গিমেশাক আধ পোয়া, বেগুন এক ছটাক, তেল আধ ছটাক, হুন সিকি তোলা, পাঁচফোড়ন ছয়ানি ভর, শুকালকা একটি।

প্রণালী।—গিমেশাকগুলি বাছিয়া ধুইয়া রাখ। ছোট ডুমা ডুমা করিয়া বেগুন বানাইয়া ধুইয়া রাখ।

এক কাঁচা তেল চড়াইয়া তাহাতে বেগুনগুলি ছাড়। একটু হুন দাও। প্রায় তিন চার মিনিট ভাজিয়া উঠাইয়া রাখ। আবার এক কাঁচা তেল চড়াইয়া তাহাতে শুকালকা ছিঁড়িয়া ছিঁড়িয়া ফোড়ন দাও; পাঁচফোড়ন ছাড় এবং শাক ও ছাড়।

শাকে হুনটুকু দিয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। মাঝে মাঝে নাড়িয়া দিবে। প্রায় মিনিট পাঁচ পরে ইহার জল মরিয়া গেলে বেগুন-গুলি ঢালিয়া থুস্তি বা হাতার দ্বারা নাড়িতে থাকিবে। জল একেবারে শুকাইয়া গেলে নামাইবে। ইহা কাদা কাদা হইবে।

২৭৮। হিকাশাকের চড়াই।

উপকরণ।—হিকা এক ছটাক, বেগুন দেড় ছটাক, আলু আধ পোয়া, বিন্ধা একটা, তেল এক ছটাক, হুন ছয় আনি ভর, হলুদ বাটা আধ তোলা (হুগিরা), সরিষা বাটা এক তোলা, জীরামরিচ বাটা আধ তোলা, শুকালকা ছুটি, কাঁচালকা ছুটি, তিন ফোড়ন ছয়ানি ভর, মটর বড়ি আধ ছটাক, তেজপাতা একটি, আদা এক তোলা, জল দেড় পোয়া।

প্রণালী।—হিকাশাকের ডাঁটাগুলি এক আবুল সমান লম্বা করিয়া কাটিয়া লও, তাহারি সঙ্গে যা ছ একটা পাতা থাকিবে লইবে। বেশী পাতা লইবার আবশ্যক নাই। বেগুন ডুমা ডুমা করিয়া কাট। আলুর খোসা ছাড়াইয়া ডুমা করিয়া বানাও। বিন্ধার খোসা ছাড়াইয়া বার চৌদ্দ খণ্ড করিয়া বানাও। সব তরকারীগুলি ধুইয়া রাখ। কাঁচালকা চিরিয়া রাখ। হলুদ, সরিষা, জীরামরিচ ও একটি শুকালকা শিলে পিষিয়া রাখ। আদা আলাদা বাঁটিয়া রাখ।

আধ পোয়াটাক জল দিয়া হিকা সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ মিনিট পাঁচ ছয় ধরিয়া ভাপে সিদ্ধ হইলে, নামাইয়া জল ঝরাইয়া রাখ।

তেল চড়াইয়া তাহাতে বড়িগুলি ভাজিয়া উঠাও। তেজপাতা ও শুকালকা ফোড়ন ছাড়। তারপরে তিনফোড়ন ছাড়। তিন

ফোড়ন ছাড়িয়া মশলার বাটনা ছাড় এবং কসিতে থাক। প্রায় মিনিট তিন পরে মশলার জল মরিয়া গিয়া তেলের বৃদ্ধ উঠিতে থাকিলে, শাক সমেত সব তরকারী ছাড়। তিন চার মিনিট ধরিয়া তরকারী কসা হইলে পর, যখন দেখিবে তরকারীতে মশলা বেশ মাখিয়া গিয়াছে, তখন দেড়পোয়া জল দিয়া হুন দিবে। প্রায় মিনিটদশ পরে জল মরিয়া গেলে নামাইয়া, আদাবাটাটুকু মাখিয়া লইবে।

২৭২। পুঁইশাকের চড়চড়ি।

উপকরণ।—পুঁইশাকের ডাঁটা প্রায় দুই হাত লম্বা, আলু আধ পোয়া, খোড় আধ পোয়া, মূলা বড় হইলে আধখানা ছোট হইলে দুইটা, বড় বেগুন একট, লাল কুমড়া এক ছটাক, ফুলবাড়ি সাত আটটা, হুন প্রায় এক তোলা, সরিষা আধ তোলা, তিনটা শুক্লা লব্ধা, আদা আধ গিরা, পেঁয়াজ এক ছটাক, পাঁচকোড়ন দিকি তোলা, তেজপাতা দুইখানা, তেল দেড় ছটাক, জল পাঁচ ছটাক, রসুন দু তিন কোয়া।

প্রণালী।—আলুর খোসা ছাড়াইয়া প্রত্যেকটাকে ছয় বা আট খণ্ডে কাট। খোড়ের খোসা ছাড়াইয়া চাকা কাটিয়া আবার প্রত্যেক চাকাকে চার খণ্ডে কাট। কুমড়া ডুমা করিয়া বানাও। ডাঁটা এক এক আঙ্গুল সমান লম্বা করিয়া বানাইয়া প্রত্যেক-টার আঁশ ছাড়াও। দু চারটে কচি কচি পুঁইপাতাও দিও। সব ধুইয়া রাখ।

সরিষা, হলুদ, দুটি শুক্লালব্ধা, আদাও তিন কাঁচা পেঁয়াজ শিলে পিষিয়া রাখ।

এক কাঁচা পেঁয়াজ কুঁচাইয়া রাখ।

পাঁচ কাঁচাটাক তেল চড়াও। তেলে পেরাজ ছাড়। তিন চার মিনিট ধরিয়া পেরাজ ভাজিয়া আধ-ভাজা রকম হইয়া আসিলে পেয়া মশলা সমস্তটুকু ছাড়। প্রায় পাঁচ ছয় মিনিট ধরিয়া কস। হাঁড়ির গায়ে মশলা লাগিয়া বাইতেছে দেখিলে, একটু একটু জলের ছিটা দিবে এবং খুঁস্তি দিয়া নাড়িয়া কসিতে থাকিবে। প্রায় পাঁচ ছয় মিনিট পরে মশলার গাঢ় তামাটে রং হইয়া আসিলে বেগুন ছাড়া অল্প সব তরকারী গুগি ইহাতে ছাড়িবে। ঘূনটুকু দিবে। তিন চার মিনিট ধরিয়া তরকারী কসিয়া তারপরে জল দিবে। জল ফুটিয়া উঠিলে বেগুন দিবে। প্রায় মিনিট দশ পরে তরকারী সিদ্ধ হইয়া গেলে এবং জলও মরিয়া আসিলে নামাইবে।

আবার এক কাঁচা তেল চড়াইয়া তাহাতে তেজপাতা ও শুক্লালঙ্কা ছিঁড়িয়া ফোড়ন দাও। তারপরে পাঁচফোড়ন ছাড়িয়া রসুন ছেঁচা ছাড় এবং সিদ্ধ তরকারীটা ঢালিয়া মীতলাও। ছ তিনবার নাড়িয়া চাড়িয়া নামাইয়া ফেল।

২৭৯। পুঁইশাকের বাঁটা চড়চড়ি।

প্রণালী।—ইহা ঠিক কুমড়া শাকের বাঁটা চড়চড়ির মত রাখিতে হইবে। *

২৮০। বরবটীর চড়চড়ি।

উপকরণ।—বরবটী দেড় ছটাক, পোড় আধ ছটাক, আলু আধ পোয়া, মিজা আধ পোয়া, পটোল এক ছটাক, সরিষা আধ তোলা (সরিষা বাঁটা এক তোলা), হলুদ মিকি তোলা বা এক গিরা, শুক্লালঙ্কা দুইটী, পাঁচফোড়ন দিকি তোলা, তেজপাতা

* ২২৬ পুঁইশাক কুমড়াশাকের বাঁটা চড়চড়ি দেখ।

একখানা, জল এক পোয়া, তেল দেড় ছটাক, কুমড়া বড়ি আধ ছটাক ।

প্রণালী।—বরবটী এক এক আঙ্গুরের সমান লম্বা করিয়া কাট । থোড়ের চাকা কাটিয়া প্রতি চাকা আবার চারটুকরা করিয়া কাটিয়া, সেই গুলিতে একটু মুন মাখিয়া রাখ । আলুর খোসা ছাড়াইয়া প্রত্যেকটী ছয় বা আট ভাগে কাট । ঝিঙ্গা পনের ঘোল টুকরায় কাট । পটোল চার টুকরা করিয়া কাট । সব ধুইয়া রাখ ।

হলুদ, সরিষা, ও দেড়টা লক্ষা শিলে পিষিয়া রাখ ।

তেল চড়াও । প্রথমে তাহাতে বড়িগুলি কসিয়া উঠাও । তারপরে তেজপাতা, আধখানা লক্ষা এবং পাঁচকোড়ন দাও । সব তরকারী ছাড় । মুন দাও । প্রায় মিনিট চার পাঁচ কসা হইলে পর বাঁটা মশলা ছাড় । মিনিট দুই নাড়িয়া চাড়িয়া জল ঢালিয়া দাও । জল কুটিয়া উঠিলে বড়ি ছাড়িবে । প্রায় আট দশ মিনিট পরে সব সিদ্ধ হইয়া গেলে এবং জল মরিয়া গেলে নামাইবে ।

২৮১ । নিরামিষ বাটী চড়চড়ি ।

উপকরণ।—আলু চারিটা, পটোল দুইটা, কচি থোড় আধ বিঘৎ লম্বা, ভিজা ছোলা আধ ছটাক, যে কোন শাকের কচি পাতা সমেত কচি ডাঁটা ছয় সাতটা, কাঁটালবিচি চার পাঁচটা, তেল এক ছটাক, পাঁচকোড়ন সিকি তোলা, কাঁচা লক্ষা দুইটা, তেজপাতা দুখানা, মুন সিকি তোলা, জল তিন ছটাক, সরিষা বাঁটা আধ তোলা, হলুদ বাঁটা সিকি তোলা, একটি গুলালক্ষা বাটা ।

প্রণালী।—আলুর খোসা ছাড়াইয়া ছোট ছোট ডুমা ডুমা বানাইবে । পটোল ছোট ছোট করিয়া কাটিবে । শাকের ডাঁটা

ছোট ছোট করিয়া কাটিবে। কচি পাতাগুলি লইবে। সব ধুইয়া রাখিবে।

কাঁচালকা কুঁচাইয়া রাখ।

একটি পিতলের বা কলাইকরা বাটীতে তেল চড়াও। দু তিন মিনিট পরে তেল পাকিয়া আসিলে পাঁচফোড়ন ছাড়িবে। পরে কাঁচালকা কুচি আর তেজপাতা ছাড়। এইবারে ছোলা প্রভৃতি সমেত সমস্ত তরকারীগুলি তেলে ফেল। হুন দাও। প্রায় মিনিট চার পাঁচ তরকারী নাড়া চাড়া করিয়া সাঁতলাও। ইহাতেই তরকারী এক রকম সিদ্ধ হইয়া যাইবে। তারপরে তিন ছটাক জলে সরিষা বাটা, হলুদ বাটা, এবং লঙ্কা বাটা গুলিয়া ঢালিয়া দাও। মিনিট চার পাঁচ পরে জলটুকু মরিয়া গেলে এবং তরকারী তেলের উপরে ফুটিতে থাকিলে নামাইবে।

ইহা কাঠের কয়লার আগুনে রাঁধিতে হইবে।

ভোজন বিধি।—এই চড়চড়ি ভাত এবং লুচি দুয়েরই সঙ্গে খাওয়া চলে। ইহা গরম গরম খাইতে বেশী ভাল লাগিবে।

২৮২। কন্নিশাক শশশরি।

উপকরণ।—কন্নিশাক এক পোয়া, তেল আধ ছটা, হুন প্রায় আধ তোলা, শুকালকা একটা, কাঁচালকা তিন চারিটা, সরিষা দুয়ানি ভর, রসুন দুই কোয়া অথবা হিং দুই রতি।

প্রণালী।—কন্নিশাকগুলি ডাঁটামুড় কুঁচাও। ভাল করিয়া ধোও।

তেল চড়াও। তেলে শুকালকা ছিঁড়িয়া ছিঁড়িয়া ফোড়ন দাও, তার পরে সরিষা ফোড়ন দাও। রসুন (রসুন হইলে ছেঁচিয়া ফোড়ন দিবে) অথবা হিং (হিং হইলে আস্ত ডেলা ছাড়িবে) ফোড়ন

দিয়া শাক ছাড়, হুন দিয়া হাঁড়ি ঢাকা দাও। তার পরে দু
একবার হাঁড়ি খুলিয়া নাড়িয়া দিবে। মিনিট চার পাঁচ পরে জল
মরিয়া গেলে নাড়িয়া চাড়িয়া নামাও।

যে কোন শাকের এই প্রকারে শশশরি করিতে পারা যায়।



পঞ্চম অধ্যায় ।

ঘণ্ট ।

প্রয়োজনীয় কথা ।

ঘণ্ট ।—আমাদের বাঙ্গলা খাবারে চড়চড়ির পরে ঘণ্ট দিয়া খালা সাজাইতে হয় । ঘণ্ট রান্নাটা থকথকে রকমের হটয়া থাকে । ঘণ্ট পাকা সবজি অপেক্ষা কচি সবজিরই ভাল হয় । আলু, পটোল, কপি প্রভৃতি তরকারীর এবং নানাবিধ শাকের সচরাচর ঘণ্ট হইয়া থাকে । বড়ি, নারিকেল কোরা, ভিজা ছোলা এইগুলি ঘণ্টে প্রায়ই ব্যবহৃত হয় । ঘণ্ট তেল অপেক্ষা ঘিয়েতেই ভাল হয় ।

সবজি বানান ।—ঘণ্টের জন্য যাহা কিছু শাক সবজি লইবে, প্রায় কুচি কুচি করিয়া বানাইতে হইবে । দু একটা ঘণ্টেতে আবার ছোট ছোট ডুনা আকারে তরকারী বানাইয়া দেওয়া হয় ।

মশলা ।—প্রায় সকল ঘণ্টের জন্যই ধনে বাঁটা, ও জীরা মরিচবাঁটা আবশ্যক । কোন কোন ঘণ্টে ইহা ছাড়া শুক্ল লক্ষা বাঁটা, হলুদ বাঁটা, তিল বাঁটাও দেওয়া যায় । গরম মশলা বাঁটাও কোন কোন ঘণ্টে দিতে হয় ।

বাদাম, কিসমিস, গরম মশলা, দুধ চিনি এগুলিও ঘণ্টের উপকরণ ।

ফোড়ন ।—জীরা, হিং, তেজপাতা, কাঁচা লক্ষা এইগুলি ঘণ্টের ফোড়ন রূপে ব্যবহৃত হয় । দু একটা ঘণ্টে রাধুনিও লাগে ।

রাধিবার প্রণালী ।—ঘণ্টের তরকারী প্রায়ই সিদ্ধ করিয়া জল

গালিয়া ফেলা হয়। তার পরে সিদ্ধ তরকারীতে বাঁটা মশলা, ছুঁড়ি, চিনি, মুন সব একত্রে মাখিয়া লওয়া হয়; এইবারে ঘিষে কোড়ন দিয়া তরকারীটা তাহাতে মাঁতলাইয়া ফেলিতে হইবে। কোন কোন ঘণ্টে আবার আগে কোড়ন দিয়া শেষে ছাঁচনা দেওয়া যায়। অর্থাৎ দু'তিন বার হাঁড়ি হইতে ঢালা ঢালিয়া করিয়া একেবারেই করা হয়।

ভোজন বিধি।—ডাল মাখা ভাতে বা ঘি-মাখা ভাতে ঘণ্ট খাইতে পার। অমনি ঘণ্টের সহিত ভাত মাখিয়া তাহাতে আবার একটু নেবুর রস মাখিয়া খাইলেও বেশ লাগে।

২৮৩। কাঁচা কলাইশুটের ঘণ্ট।

উপকরণ।—কচি কলাইশুট আধ পোয়া, আলু আধ পোয়া, ধনে বাঁটা এক তোলা, ছুঁড়ি শুক্লা লক্ষা বাঁটা, হলুদ বাঁটা এক তোলা, জল এক পোয়া, মুন আধ তোলা, হিং চার রতি, জীরা ছয়ানি ভর, তেজপাতা এক থানা, ঘি এক ছটাক, ছোটএলাচ একটা, লঙ্গ চারিটা, দারচিনি সিকি তোলা।

প্রণালী।—নূতন কলাইশুট উঠিলে আনিয়া ছাড়াইবে। ছাড়ান কলাইশুট ওজন করিয়া আধ পোয়া লইবে। যতটা কলাইশুট লইবে তত পরিমাণে আলুও ওজন করিয়া লইবে। আলুর খোলা ছাড়াইয়া কুচি কুচি কর। ধনে বাঁটা, হলুদ বাঁটা এবং লক্ষা বাঁটা এক পোয়া জলে গুলিয়া হাঁকিয়া রাখ। জলে গোলা মশলাকে ছাঁচনা বলে। গরম মশলা (লঙ্গ, দারচিনি ও এলাচ) কুটিয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে আধ ছটাক ঘি চড়াও। ঘিষে আলুগুলি ভাজিয়া কস। আলুগুলি মিনিট তিনের পর আধ কসা হইলে

কলাইগুটি ছাড়িবে। মিনিট তিন পরে কলাইগুটিগুলি ফুটফুট করিয়া ফুটিতে আরম্ভ করিলে নামাইবে। এগুলি সব একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে ছাঁকা ছাঁচনা ঢালিয়া তাহাতে মুনটুকু দিয়া উনানে চড়াইয়া দাও। হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। জল ফুটিয়া উঠিলে কসা তরকারী (আলু ও কলাইগুটি) ছাড়। তরকারী ফুটিতে থাকিলে, দুধে চিনি ও জীরা মরিচ বাটা গুলিয়া ঢালিয়া দাও। গাঢ় হইলে প্রায় মিনিট পাঁচ পরে নামাইবে। একটি বাটিতে ঢালিয়া রাখ।

এবারে আবার আধ ছটাক ঘি চড়াও। ঘিয়ে তেজপাতা ছাড়, হিংটুকু ও জীরা ফোড়ন ছাড়। জীরার ফুট ফুট আওয়াজ থামিলেই রাখা তরকারী (যেটা বাটিতে ঢালিয়া রাখা হইয়াছিল) ঢাল। এক মিনিট দেড় মিনিট যাইতে না যাইতে দু'তিন বার শাঁ শাঁ করিয়া উঠিলেই নামাইয়া গরম মশলার গুঁড়া ছড়াইয়া দিয়া ঢাকিয়া রাখিবে।

ভোজনবিধি।—ইহা ভাত লুচি দুয়েতেই খাওয়া যায়।

২৮৪। ঘণ্ট ভোগ।

উপকরণ।—ওলকপি এক পোয়া, ঘি এক ছটাক, কাঁচা লঙ্কা চারিটা, আদা এক তোলা, তেজপাতা দুইখানা, হলুদ বাটা সিকি তোলা, সর্কি এক ছটাক বা বড় দুইটি নেবুর রস, জায়ফল সিকি খানা, ছোটএলাচ দুটি, ছাড়ান কলাইগুটি এক ছটাক, মুন প্রায় বার আনি ভর, জল এক সের।

প্রণালী।—ওলকপির খোলা ছাড়াইয়া ডুমা ডুমা আকারে বানাও; ধুইয়া ছেঁচ। অন্ন করিয়া নিংড়াইয়া ইহার জল বাহির

করিয়া ফেল। কাঁচা লক্ষা আর আদা কুঁচাইয়া রাখ। কলাইগুটি ছাড়াইয়া রাখ।

জায়ফল আর ছোট এলাচ কুটিয়া রাখ।

হাঁড়ি চড়াও; হাঁড়িতে ঘি ঢালিয়া তেজপাতা ছাড়, কাঁচা লক্ষা কুচি এবং আদা কুচি ছাড়িবে। এগুলি অন্ন অন্ন কুঁচকাইয়া আসিলে ছেঁচা ওলকপিগুলি ছাড়। মিনিট চার নাড়া চাড়া করিয়া হলুদ বাঁটা ছাড়। তারপরে আধসের জল ঢালিয়া, হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। প্রায় মিনিট পনের পরে জল মরিয়া আসিলে কলাইগুটিগুলি ছাড়। দু একবার নাড়িয়া নেবুর রস বা সিকি দাও; এই সময়ে মুন দাও। তিন চার মিনিট পরে যখন জল মরিয়া থকথকে হইবে, নামাইয়া জায়ফল আর ছোট এলাচ গুঁড়া ছড়াইয়া ঢাকিয়া রাখ।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত এবং লুচি হুয়েরই সঙ্গে খাওয়া যায়।

২৮৫। শাদাশিমে বাঁধাকপির ঘণ্ট।

উপকরণ।—একটি ছোট বাঁধাকপি, আলু দশটি, আধ পোয়া কলাইগুটি (ছাড়ান হইলে এক ছটাক,) ঘি এক ছটাক, তেজপাতা একখানা, শুক্লা লক্ষা একটি, দারচিনি সিকি তোলা, ছোট এলাচ একটি, লব্ধ চারিটি, হলুদ সিকি তোলা, ধনে সিকি তোলা, জীরামরিচ সিকি তোলা, জল প্রায় এক সের, মুন আধ তোলা, কাঁচালক্ষা ছয়টি।

প্রণালী।—বাঁধাকপি ও আলুগুলি কুচি কুচি করিয়া বানাও। সব ধুইয়া রাখ। কাঁচালক্ষাগুলি কুঁচাও।

ধনে, জীরা মরিচ, শুক্লালক্ষা ও হলুদ পিষিয়া রাখ।

বাঁধাকপি আধ সের জলে সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও।

পনের কি কুড়ি মিনিট পরে সিদ্ধ হইয়া গেলে (নূতন কপি শাস্ত্র সিদ্ধ হয়), নামাইয়া জল ঝরাইয়া ফেল ।

হাঁড়িতে ঘি চড়াও । ঘিয়ে তেজপাতা ও গরম মশলাগুলি (দারচিনি, লঙ্গ ও এলাচ) ছাড় । দু তিন মিনিট পরে ঘিয়ের দাগ দেওয়া হইলে আলু আর কপি ছাড় । মিনিট পাঁচ ধরিয়া বেশ ভাল করিয়া কস । তারপরে বাঁটা মশলা প্রায় সাত ছটাক জলে গুলিয়া ঢালিয়া দাও । হুন দাও । ফুটিতে আরম্ভ হইলে কাঁচা-লঙ্কাগুলি কুঁচাইয়া দাও । মিনিট দশ পরে আলু, কপি বেশ সিদ্ধ হইয়া গেলে এবং ইহার জল মরিয়া বেশ রস-রস থাকিলে নামাইয়া ফেলিবে ।

২৮৬ । বাঁধাকপির ঘণ্ট (দ্বিতীয় প্রকার) ।

উপকরণ ।—ছোট বাঁধাকপি একটি, দশটি আলু, ছাড়ান কলাইগুট এক ছটাক, তেল আধ পোয়া, ঘি আধ ছটাক, জল দেড় পোয়া, ধনে বাঁটা দেড় তোলা, শুকালঙ্কা দু তিনটি, দুধ এক ছটাক, চিনি আধ তোলা, হুন আধ তোলা, জীরা মরিচ বাঁটা সিকি তোলা, হিং তিন রতি, জীরা ছয়ানি ভর, তেজপাতা একখানা, ছোটএলাচ দুইটি, লঙ্গ তিনটি, দারচিনি ছয়ানি ভর ।

প্রণালী ।—কপিটা খুব ছোট ছোট করিয়া বানাও । আলু-গুলির খোসা ছাড়াইয়া ছোকার আলুর গায় ছোট ডুমা ডুমা করিয়া বানাও । হলুদ, ধনে, একটি শুকালঙ্কা, জীরা মরিচ সব আলাদা আলাদা করিয়া পিষিয়া রাখ । গরম মশলাগুলিও (ছোট এলাচ, দারচিনি ও লঙ্গ) পিষিয়া আলাদা রাখ । হিংটুকু আধ-কাঁচাটাক জলে ভিজাইয়া রাখিবে ।

একটি হাঁড়িতে আধ পোয়া তেল চড়াও । তেল গরম হইলে

কপি ও আলু ছাড়। কসিতে কসিতে যখন দেখিবে ছ একটা কপির পাতাতে একটু লাল্চে দাগ লাগিতেছে, তখন কলাইশুটি দিবে। চার পাঁচ বার নাড়িয়া, ধনে, হলুদ, ও লঙ্কাবাটা দেড় পোয়া জলে গুলিয়া ঢালিয়া দাও। জল মিনিট দশ ফুটলে নুন দিবে। তারপরে যখন দেখিবে আলু ও কপি সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে তখন, ছে, চিনি ও জীরামরিচ বাটা গুলিয়া ঢালিয়া দাও। ছ তিন বার ফুটলে নামাইয়া একটি পাত্রে ঢালিয়া ফেল।

আবার হাঁড়ি ধুইয়া চড়াও। আধ ছটাক ঘি ঢালিয়া দাও ঘিষের ধোয়া বাহির হইলে তেজপাতা ছাড়িবে, জীরা ফোড়ন দিবে। জীরা চুড় চুড় করিয়া উঠিলেই ভিজান হিংটুকু গুলিয়া ছাড়িবে। এইবারে তরকারী (মাহা পূর্বে একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখা হইয়াছে) ঢালিয়া নীতলাইবে। প্রায় মিনিট তিন চার ফুটলে অর্থাৎ পাঁচ সাত বার ফুটলে পর যে জলটুকু থাকিবে, তাহা মরিয়া যাইবে। নামাইয়া গরম মশলা বাটা এক কাঁচা জলে গুলিয়া ঢালিয়া দিবে, এবং সব তরকারীটা একবার মিশাইয়া গাইবে।

২৮৭। ফুলকপির ঘণ্ট।

উপকরণ।—ফুলকপি একটা, বড় আলু চারিটা, ছাড়ান কলাইশুটি এক ছটাক, ঘি তিন ছটাক, ছোটএলাচ দুইটা, লঙ্গ তিনটা, দারচিনি মিকি তোলা, ধনে বাটা এক তোলা, হলুদ আধ তোলা, গুলালঙ্কা ছটি, দই আধ পোয়া, জল এক পোয়া, ডেলাক্ষীর এক কাঁচা, চিনি এক তোলা, তেজপাতা একখানা। প্রায় পোন তোলা নুন।

প্রণালী।—ফুলকপি কুঁচাইয়া লও। আলু ছোঁকার আলুর মত ছোট ছোট ডুমা আকারে বানাও। ধুইয়া রাখ।

এক ছটাক ঘি চড়াও। ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইলে আগে কপি ছাড়িয়া তারপরে মিনিট তিন নাড়িয়া আলু ছাড়। চার পাঁচ মিনিট নাড়িয়া বখন দেখিবে আলুগুলি অনেকটা কসা হইয়া আসিয়াছে তখন, কলাইগুলি ঢালিয়া দাও। মিনিট দুই নাড়িয়া নামাও এবং একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখ।

আধ পোয়া ঘি চড়াও। ঘিয়ে একটি তেজপাতা ছাড়, গরম মশলা * (ছোট এলাচের মুখ খুলিয়া দিবে) ছাড়। ঘিয়ের দাগ দেওয়া হইলে ধনে বাঁটা, হলুদ বাঁটা ও শুকালঙ্কা বাঁটা ঘিয়ে ছাড়। মিনিট চার কসিয়া মশলার কাঁচা জল অনেকটা মরিয়া আসিলে দই ঢালিয়া দিবে। আরো চার পাঁচ মিনিট পরে দইয়ের জল মরিয়া ঘি ছাড়া ছাড়া হইলে অর্থাৎ মশলার জল মরিয়া গিয়া ঘিয়ের উপরে বড় বড় করিতে থাকিলে কসা তরকারীগুলি দিবে এবং এক পোয়া জল ও হুনটুকু দিবে। ফুটিয়া উঠিলে ক্ষীর আধ-ভাজা করিয়া দিবে আর চিনি দেবে। ক্রমে মিনিট সাত আট পরে তরকারী সিদ্ধ হইয়া গেলে এবং জলটুকুও মরিয়া আসিলে নামাইবে।

২৮৮। ফুলকপির ঘন্ট। (দ্বিতীয় প্রকার)।

উপকরণ।—ফুলকপি তিন ছটাক, আলু এক ছটাক, কিসমিস আধ ছটাক, বাদাম কুড়িটা, পেস্তা কুড়িটা, আদা আধ তোলা, কাঁচালঙ্কা চার পাঁচটা, হুন প্রায় আধ তোলা, দারচিনি সিকি

* ছোট এলাচ, দারচিনি ও লঙ্কা ।

তোলা, ছোট এলাচ একটা, লঙ্গ দু তিনটা, জল আধ পোয়া, ঘি আধ পোয়া ।

প্রণালী।—ফুলকপি কুচি কুচি করিয়া বানাও । আলুর খোসা ছাড়াইয়া কুচি কুচি করিয়া বানাও এবং ধোও । কিসমিসগুলি বাছিয়া ধুইয়া রাখ । বাদাম, পেস্তা ভিজাইয়া খোসা ছাড়াইয়া কুঁচা করিয়া রাখ । আদা কুচি কুচি করিয়া রাখ । কাঁচালঙ্কাও কুঁচাও ।

আধ ছটাক ঘি চড়াইয়া তাহাতে ফুলকপি ছাড়, মিনিট চার পাঁচ কসিয়া উঠাও । আলুগুলিও ঘিয়ে কসিয়া লও ।

হাঁড়িতে আবার দেড় ছটাক ঘি চড়াইয়া কিসমিসগুলি ভাজিয়া উঠাও । ঐই ফুলিয়া উঠিবে বুঝিবে হইয়াছে, তখন উঠাইবে । এবারে গরম মশলা ছাড় (ছোট এলাচের মুখ খুলিয়া দিবে) । তারপরে কসা তরকারী, কিসমিস, বাদাম, পেস্তা, আদা, লঙ্কা, মুন সব ছাড় । সিদ্ধ হইবার মত জল দাও । জল টুকু মরিয়া গেলে নামাইবে । ইহা অনেকটা মাছের ঘণ্টের মত থাইতে লাগে ।

ভোজন বিধি।—ইহা লুচি, ভাত দুয়েরই সহিত খাওয়া চলে ।

২৮৯। কাঁচা পেঁপের ঘণ্ট ।

উপকরণ।—দুটি কাঁচা পেঁপে, আলু সাতটা, জল তিন পোয়া, হলুদ দুয়ানি ভর বা আধগিরা, মুন প্রায় আধ তোলা, জীরামরিচ বাঁটা সিকি তোলা, ধনে বাঁটা দুয়ানি ভর, ঘি আধ ছটাক, তেজপাতা একখানা, পাঁচফোড়ন সিকি তোলা, কাঁচালঙ্কা দুইটা, দধ এক ছটাক, ময়দা আধ কাঁচা, চিনি আধ তোলা ।

প্রণালী।—পেঁপের খোসা ছাড়াইয়া কুঁচাইয়া জলে ফেল ।

আলুগুলিও ছোট ডুমা করিয়া বানাইয়া জলে ফেল। সব খুইয়া উঠাও।

হলুদ পিষিয়া রাখ। জীরামরিচ ও ধনে পিষিয়া রাখ।

পেঁপে এক পোয়াটাক জল দিয়া সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। মিনিট দশ পনেরর মধ্যে সিদ্ধ হইয়া গেলে, তাহা নামাইয়া তাহাতে খানিকটা ঠাণ্ডা জল ঢালিয়া তারপরে জল ঝরাইয়া পেঁপেগুলি রাখিয়া দাও।

আধ তোলা বি চড়াও। ঘিয়ে আলু ও পেঁপে কুচি ছাড়িয়া তিন চার মিনিট ধরিয়া কস। ইহার জলীয় ভাব অনেকটা মরিয়া আসিলে, আধ সের জল, হলুদ ও নুন ছাড়িয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও। মিনিট পনের পরে আলু সিদ্ধ হইয়া আসিলে এবং জল অনেকটা মরিয়া আসিলে নামাইবে। সবটুকু আর একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখিবে।

এইবারে বাকি সব বিটুকু হাঁড়িতে ঢালিয়া ছাড়। তেজপাতা ছাড়। পাঁচকোড়ন বা জায়া কোড়ন দাও। কোড়নের গন্ধ বাহির হইলে তরকারী (বাহা পাত্রে রাখা হইয়াছে) ঢালিয়া দাও। ছুটি কাঁচালক্ষা আধখানা করিয়া ভাজিয়া দাও। দুধে ময়দা ও চিনি একত্র গুলিয়া ঢালিয়া দাও। তারপরে বেশ গাঢ় গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইবে। করিতে প্রায় তিন কোয়ার্টার সময় লাগিবে।

২২০। ইঁচড়ের ঘণ্ট।

উপকরণ।—ইঁচড় দেড় পোয়া, আলু তিন ছটাক, ছোট এলাচ দুটি, লঙ্গ চার পাঁচটি, দারুচিনি সিকি তোলা, আদা দেড় তোলা, কিসমিস এক তোলা, জীরা সিকি তোলা, হিং চার রতি, তেজ-

পাতা ছইখানা, হলুদ সিকি তোলা, শুক্লা লব্ধা একটা, ধনে বাঁটা সিকি তোলা, কাঁচা লব্ধা হু তিনটী, হুন আধ তোলা, ঘি দেড় ছটাক, জল দেড় সের ।

প্রণালী ।—কচি ইঁচড়ের সবুজ ধোলা ছাড়াইয়া কুচি কুচি কর । এক সের জল চড়াইয়া তাহাতে ইঁচড়গুলি সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও । মিনিট কুড়ি পরে সিদ্ধ হইলে নিংড়াইয়া যতটা পার জল বাহির করিয়া ফেল ।

হিংটুকু এক তোলা আদা ছেঁচিয়া তাহার রসে ভিজাইতে দাও । হলুদ, শুক্লা লব্ধা ও ধনে বাঁটিয়া রাখ । কাঁচা লব্ধা ও আধ তোলা আদা কুঁচাইয়া রাখ ।

লব্ধ, ছোটএলাচ ও দারচিনি কুটিয়া রাখ । জীরা চমকাইয়া অর্থাৎ তাওয়ার ঈষৎ ভাজা ভাজা করিয়া কুটিয়া রাখ । আলু কুচি করিয়া কাটিয়া ধুইয়া রাখ ।

কিসমিসগুলি বাছিয়া ধুইয়া রাখ ।

হাঁড়িতে সব ঘিটুকু চড়াইয়া দাও ; ছুখানি তেজপাতা ছাড় । মিনিট দুয়ের মধ্যে ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইলে আদার রসে ভিজান হিংটুকু গুলিয়া, তাহা ঘিয়ে ছুঁকিয়া লও, তারপরে আলু কুচি ছাড় । তিন চার মিনিটের মধ্যে অন্ন অন্ন ভাজা ভাজা হইলে আলু উঠাইয়া ইঁচড় ছাড় । ইঁচড় তিন চার মিনিট নাড়া চাড়া করিয়া জল মরিয়া অন্ন ভাজা ভাজা হইয়াছে মনে হইলে কিসমিস, আদা, কাঁচা লব্ধা কুচি, দই, হলুদ, লব্ধা ও ধনে বাঁটা, আধ সের জল, হুন ও চিনি সব একত্রে ঢালিয়া কাঠের হাতা করিয়া নাড়িয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও । মধ্যে মধ্যে হাতা দিয়া বেশ ঝুটিয়া ঘাঁটিয়া দাও । মিনিট সাত এর ভিতর জল মরিয়া মাথ-মাথ হইলে নামাইয়া জীরা ও গরম

মশলার গুঁড়া ছড়াইয়া, হাতল দিয়া একবার নাড়িয়া চাকিয়া রাখ।

ভোজন বিধি।—ইহা পোষ হইতে চৈত্র মাস অবধি খাইবার সময়। অর্থাৎ কচি ইঁচড়েরই এই রকম বস্তু ভাল হয়। স্নান এবং লুচি ছয়েরই সহিত খাওয়া চলে।

২২১। লাউ বস্তু।

উপকরণ।—কচি লাউ দেড় পোয়া, সরিষা তেল এক কাঁচা, মুন প্রায় সিকি তোলা, জল বড়ি আধ ছটাক, ধনে বাঁটা পোন তোলা, কাঁচা লক্ষা তিন চারিটা, জল আধ পোয়া, জীরামরিচ-বাঁটা সিকি তোলা, ময়দা সিকি কাঁচা, ছধ এক ছটাক, চিনি সিকি তোলা, ঘি এক কাঁচা, হিং ছই রতি, গুড়া লক্ষা একটি, জীরা সিকি তোলা।

প্রণালী।—লাউয়ের খোসা ছাড়াইয়া কুচি কুচি করিয়া বানাও। কাঁচা লক্ষা কুঁচাইয়া রাখ।

তেল চড়াইয়া তাহাতে আগে বড়িগুলি ভাজিয়া উঠাও। বাকী যে টুকু তেল থাকিবে তাহাতেই লাউগুলি ছাড়। পাঁচ ছয়বার নাড়াচাড়া করিয়া মুন দাও এবং হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। জল বাহির হইলে নাড়িয়া দিয়া, ভাজা বড়ি আধ-ভাঙ্গা করিয়া দিবে এবং ধনেবাঁটা ও কাঁচা লক্ষা কুচি ছাড়িয়া জল দিবে। প্রায় মিনিট ছয় সাত পরে এই জলটুকু সরিয়া গেলে ছধটুকুতে জীরামরিচ-বাঁটা, ময়দা ও চিনিগুলিয়া ঢালিয়া দিবে। কুটিয়া উঠিলে ছ একবার নাড়াচাড়া করিয়া তরকারী ঢালিয়া ফেলিবে।

আবার হাঁড়িতে ঘি চড়াইয়া তেজপাতা ও লক্ষা ফোড়ন দিয়া হিং ও জীরা ফোড়ন ছাড়। জীরার চূড় বড় শব্দ ধামিয়া গেলে লাউ ঢাল। একবার ফুটিলেই নামাইবে।

২২২। লাউ দণ্ট ।

(দ্বিতীয় প্রকার)

উপকরণ।—লাউ এক পোয়া, বি আধ ছটাক, তরুা লক্ষ একটি, পাঁচকোড়ন ছয়ানি তর, জল তিন ছটাক, ধনেবাঁটা সিকি তোলা, জীরামরিচ-বাঁটা সিকি তোলা, ছুন প্রায় ছয়ানি তর, দুধ এক ছটাক, ময়না আধ কাঁচা, চিনি আধ তোলা, কলাই-বড়ি আটটি, নারিকেল কোরা আধ ছটাক ।

প্রণালী।—লাউ-ফালি তিন কি চার খণ্ড করিয়া কাট । প্রতি খণ্ডের খোলা ছাড়াইয়া ফেল । এখন বড় কুচি কুচি করিয়া কাট । ধুইয়া ফেল ।

দেড় ছটাক জলে লাউগুলি ভাপাইতে দাও । প্রায় মিনিট সাত আট পরে সিদ্ধ হইয়াছে দেখিলে নামাইয়া জল বরাইয়া ফেল ।

হাঁড়িতে বি চড়াইয়া আগে বড়িগুলি ভাজিয়া উঠাও । তার পরে লক্ষা এবং পাঁচ কোড়ন কোড়ন দাও । কোড়নের গন্ধ বাহির হইলে লাউগুলি ছাড়িয়া নাড়াচাড়া কর । মিনিট পাঁচ নাড়িয়া দেড় ছটাক জলে ধনে ও জীরামরিচ-বাঁটা গুলিয়া ঢালিয়া দাও । ছুন দাও । মিনিট সাত আট পরে জল মরিয়া আসিলে দুধে চিনি ও ময়না গুলিয়া ঢালিয়া দাও । বেশ গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইয়া ভাজা বড়ি গুঁড়াইয়া দাও আর নারিকেল কোরা দাও ।

২২৩। কচুশাকের দণ্ট ।

উপকরণ।—কচু ডাঁটি সাড়ে চার পোয়া (চার ডাল), জল এক

সের, জীরামরিচ-বাঁটা এক তোলা, ধনে বাঁটা এক তোলা, দুটি শুক্ল লব্ধা বাঁটা, দুধ আধ পোয়া, চিনি আধ তোলা, ঘি এক ছটাক, জীরা সিকি তোলা, তেজপাতা দুখানি, হিং তিন রতি, নারিকেল কোরা এক ছটাক, ময়দা আধ তোলা, হুন আধ তোলা।

প্রণালী।—কচুড়াটি এক এক আঙ্গুলের সমান লম্বা করিয়া কাটি। প্রত্যেক খণ্ডের ভাল করিয়া আঁশ বা খোসা ছাড়াইয়া ফেল। কচুড়াটির একেবারে গোড়ার কচুর দিকটা এবং আগার দিকের সরু অংশের খানিকটা কাটিয়া ফেল। গোড়ার কচু বানাইয়া দিলে (দৈবাৎ দু একটা ছাড়া) প্রায় সবচেতেই দুধ ধরিয়া থাকে। কচু ডাঁটি নাড়ে চারিপোয়া জল দিয়া সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। প্রায় কুড়িপঁচিশ মিনিট সিদ্ধ হইলে একটি বাঁশের চুবড়িতে চালিয়া ফেলিবে। যতটা পার নিংড়াইয়া ইহার জল গালিয়া ফেল। তারপরে একটি পাত্রে চালিয়া চটকাইয়া লও। ইহাতে জীরামরিচবাঁটা, লব্ধাবাঁটা, ধনেবাঁটা, দুধ, চিনি ও হুন সব একত্রে মিশাইয়া মাখ।

এক ছটাক ঘি চড়াইয়া তাহাতে তেজপাতা ছাড়। ঘরের ধোঁয়া উঠিলে তাহাতে জীরা ও হিং (হিংটুকু আগে হইতে একটু জলে ভিজাইয়া রাখিবে) ছাড়িয়া তারপরে কচুশাক চালিয়া দিবে। প্রায় মিনিটসাত নাড়াচাড়া করিয়া যখন দেখিবে জল মরিয়া গিয়া বেশ থকথকে হইয়াছে তখন, নারিকেল কোরা দিয়া দু একবার আধ-নাড়া করিয়া নায়াও। এবারে ময়দাটুকু কাঠখোলায় ঝেঁবৎ লালচে করিয়া ভাজিয়া উপরে ছড়াইয়া সবটা ঝাটিয়া দাও।

২২৪। কচুশাকের ঘণ্ট।

(দ্বিতীয় প্রকার)

উপকরণ।—কচু ডাটা আধসের, হুন প্রায় আধ তোলা, বি
আধ ছটাক, জীরামরিচবাটা আধ তোলা, হুধ এক ছটাক, চিনি
আধ তোলা, হিং হুই রতি, জীরা ছয়নিভর, তেজপাতা একটি,
কাঁচালঙ্কা হু তিনটি, নারিকেল কোরা এক কাঁচা, জল এক ছটাক।

প্রণালী।—ভাল দেখিয়া লাল ঘোলা-কচু ডাটা আনিয়া এক
এক আঙ্গুল সমান লম্বা করিয়া কাট। প্রতি টুকরার খোসা
ছাড়াইয়া ফেল। কচুশাক ধুইয়া শুধু হাঁড়িতে ঢালিয়া উনানে
চড়াইয়া দাও ; তিনআনি ভর হুন দিয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও।
ইহা ভাপে সিদ্ধ হইবে। জল বাহির হইলে নরম হইবে। প্রায়
মিনিট পনের পরে নামাইয়া একটি বুড়িতে ঢালিয়া দাও। ঠাণ্ডা
হইলে নিংড়াইয়া জল গালিয়া ফেল। কচুশাক ভাল করিয়া
চটকাইয়া, তাহাতে বাঁটা জীরামরিচ, তিন আনি ভর হুন, হুধ ও
চিনি মাখ।

ঘি চড়াও। ঘি তেজপাতা ছাড়িয়া জীরা ও কাঁচালঙ্কাকুটি
ফোড়ন দাও। যখন জীরার গন্ধ বাহির হইবে তখন হিং (হিংটুকু
আগে একটু জলে ভিজাইয়া রাখিবে) ছাড়িয়াই কচু শাক ছাড়িবে।
প্রায় তিন মিনিট ধরিয়া নাড়িলে পর ইহার জলীয়াংশ অনেকটা
মরিয়া গেলে, নারিকেল কোরা দিয়া হু একবার নাড়িয়া আধ-মাখা
করিয়া নামাইবে।

২২৫। কচুশাকের ঘণ্ট।

(তৃতীয় প্রকার)

উপকরণ।—কচু ডাটা এক সের, হলুদ হুগিরা (আধ তোলা),

জীরামরিচ আধ তোলা, হুধ আধ ছটাক, হুন আধ তোলা, ময়না আধ তোলা, চিনি এক তোলা, তেল এক ছটাক, ভেজ-পাতা হুথানি, জীরা সিকি তোলা, নারিকেল কোরা আধ ছটাক, কাঁচালঙ্কা তিনটি, রাঁধুনি ছয়ানি তর, মোরীবাটা ছয়ানি তর, জল এক সের।

প্রণালী।—কচু ডাটা আনিয়া আতুলের মত লম্বা করিয়া খণ্ড খণ্ড কাট। প্রত্যেক খণ্ডের আঁশ ছাড়াইয়া ধোও।

হলুদ, ধনে ও জীরামরিচ পিষিয়া রাখ। কাঁচালঙ্কা, মোরী, ও রাঁধুনি আলাদা আলাদা বাঁটিয়া রাখ।

কচুশাকগুলি এক সের জলে সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। প্রায় কুড়ি পঁচিশ মিনিট সিদ্ধ হইলে পর নামাইয়া একটি কুড়িতে চালিয়া দিবে। বাকীটা জল করে করিয়া থাক। তার পরে ঠাণ্ডা হইলে হাতে করিয়া নিংড়াইয়া জল গালিয়া ফেল। কচুশাক গুলি ভাল করিয়া চটকাইয়া লও। হলুদ বাঁটা, ধনে বাঁটা, জীরামরিচ বাঁটা, হুধ, চিনি, হুন ও ময়না সব একত্র মাখ।

এক ছটাক তেল চড়াইয়া তাহাতে হুথানি ভেজপাতা ছাড়। মিনিট তিন চার পরে তেলের খুব ধোঁয়া উঠিলে জীরা কোড়ন দিয়া কচুশাক চালিয়া দাও। হু একবার নাড়িয়া নারিকেল কোরা ছাড়িয়া নাড়িতে থাক। প্রায় মিনিট ছয় সাত পরে বখন ইহার জল মরিয়া বেশ থক-থকে হইয়া আসিবে তখন নামাইয়া কাঁচালঙ্কা, মোরী ও রাঁধুনি বাঁটা দিয়া মাখিয়া লইবে। ঢাকিয়া রাখিবে।

২২৬। তিল বাঁটা দিয়া কচুশাকের খণ্ড।

উপকরণ।—বোলা কচু ডাটা দুই ডাল (আবঙ্গের), জল সাত

তিন পোয়া, দ্বি এক ছটাক, তেজপাতা ছয়ানি, শুকালকা হইট, পাঁচ কোড়ন ছয়ানি তর, হলুদ বাঁটা এক তোলা, ধনে বাঁটা এক তোলা, জীরামরিচ বাঁটা আধ তোলা, মুন সিকি তোলা, নারিকেল আধ ছটাক, ছধ এক ছটাক, তিল আধ কাঁচা, ময়দা আধ কাঁচা, কলাইবড়ি ছয়টি, চিনি আধ তোলা ।

প্রণালী।—ঘোলা কচু শাক আনিয়া এক আঙ্গুল যতখানি ততখানি লম্বা করিয়া কাট প্রতি টুকরার খোলা উঠাইয়া ফেল । ধুইয়া রাখ ।

তিল বাঁটিয়া রাখ । হলুদ, ধনে ও জীরামরিচ একত্রে গিষিয়া রাখ । আধখানা নারিকেল লইয়া তাহার অর্দ্ধেকটা ছোট টুকরা টুকরা করিয়া কাট । এবং অপর অর্দ্ধেকটা কুরিয়া রাখ ।

কচু শাক তিন পোয়া জল দিয়া সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও । প্রায় কুড়ি মিনিট পরে সিদ্ধ হইয়া গেলে নামাইয়া কুড়িতে ঢালিয়া ঠাণ্ডা হইতে দাও । তার পরে নিংড়াইয়া সমস্ত জল বাহির করিয়া ফেল ।

এইবারে একটি তিলেল হাঁড়িতে দ্বি চড়াও । তাহাতে আগে নারিকেল কুচিগুলি ভাজিয়া উঠাও । তার পরে বড়িগুলি ভাজিয়া উঠাও । এবারে দ্বিতে তেজপাতা ও শুকালকা কোড়ন দাও । পাঁচকোড়ন ছাড় । কোড়নের ফুট ফুট শব্দ থামিয়া গেলে কচুশাক ঢাল । মিনিট চার ক্রমাগত নাড়িয়া হলুদ, ধনে ও জীরামরিচ বাঁটা ছাড় । খুঁটি দিয়া মিনিট পাঁচ নাড়া চাড়া করিয়া প্রায় দেড় ছটাক জল দাও, এই সময়ে তাজা নারিকেল গুলিও দাও । সাত আট মিনিট ফুটরা ফুটরা জীরামরিচবাঁটা, কচুশাকের সহিত ভাল করিয়া মিশিয়া বাইলে মুন দিবে । খুঁটি দিয়া নাড়িয়া দিবে !

আরো তিন চার মিনিট পরে দুধে তিল বাঁটা ও চিনি গুলিয়া ঢালিয়া দিবে। তিন চার বার নাড়িয়া দিয়া ময়দা আধ ছটাক জলে গুলিয়া ঢালিয়া দাও। হু এক মিনিট নাড়িয়া নামাও। উপরে নারিকেল কোরা ও বড়ি ভাজা হাতে করিয়া গুঁড়া-ইয়া ছড়াইয়া দাও।

২২৭। কচুশাকের মালাই ঘণ্ট।

উপকরণ।—কচু ডাঁটি আড়াই পোয়া, সরিষা এক তোলা, রাঁধুনি সিকি তোলা, জীরামরিচ সিকি তোলা, শুকালকা তিনটা, হলুদ হুই গিয়া (আধ তোলা), রসুন তিন কোয়া, (সরিষা হইতে রসুন পর্য্যন্ত মসলা গুলি একত্র মিশাইয়া দেখিবে আধছটাক হইয়াছে কিনা। এই সব মিলাইয়া আধছটাক মসলা ইহাতে লাগিবে।) পেঁয়াজ আধ ছটাক, তেল এক ছটাক, নারিকেল কোরা আধপোয়া, জল দেড় পোয়া, মুন আধ তোলা, কাঁচালকা চারিটা।

প্রণালী।—কচু ডাঁটিগুলি এক আঙ্গুলসমান লম্বা করিয়া কাট। প্রত্যেকটার আঁশ ছাড়াইয়া আবার লম্বা দিকে হু তিন কালি করিয়া কাটিয়া দাও, তাহা হইলে ভাল করিয়া সিদ্ধ হইবে। ধুইয়া রাখ।

সরিষা, রাঁধুনি, জীরামরিচ, শুকালকা, হলুদ, রসুন, পেঁয়াজ সব একত্রে পিষিয়া রাখ। কাঁচালকা কয়টা পিষিয়া রাখ।

এক ছটাক জল গরম কর। কোরা নারিকেল এই গরম জলের সহিত মিশাও। একটি কাপড়ে ছাঁকিয়া নারিকেলের দুধ বাহির কর।

এক পোয়া জল দিয়া কচু ডাঁটিগুলি সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া

দাও। প্রায় মিনিট পনের দিক হইলে একবার সবটা নাড়িয়া উল্টাইয়া দাও। আরো দশ মিনিট দিক হইলে পরে তবে নামাইয়া একটা চুবড়িতে ঢালিয়া দাও, জল ঝরিয়া থাক। এই চুবড়ির উপরেই কচুশাক খুস্তি দিয়া চাপিয়া চাপিয়া সব জলটুকু গালিয়া ফেল।

ইাড়িতে তেল চড়াও। তেল তিন মিনিটকাল পাকিলে বাটা মশলা ছাড়। আধ ছটাক জল দিয়া বাটা মশলার শিলটি ধুইয়া সে জলটুকু ইহাতেই ঢালিয়া দাও। খুস্তি দিয়া নাড়িয়া কল। মিনিট দুই কসিয়া আবার এক কাঁচা জল দাও এবং মুন দাও। একটু পরেই নারিকেল ছুধের অর্ধেকটা ঢালিয়া দাও। মিনিট দুই পরে কচুশাক দাও। খুস্তি দিয়া ভাল করিয়া নাড়িয়া দাও। মিনিট দুই পরে বধন দেখিবে এই দুধটা বেশ কচুশাকের সঙ্গে মিশিয়া আসিতেছে তখন আবার অবশিষ্ট নারিকেল দুধটুকু ও কাঁচালকা ছাড়িবে। খুস্তি দিয়া ঘন ঘন নাড়িয়া যাঁট। প্রায় মিনিট চার পরে বধন তেলের উপরে ভাসিবে এবং থকথকে হইবে তখন নামাইবে।

২২৮। ওল ডাঁটির ঘণ্ট।

প্রণালী।—উপরোক্ত যে কোন কচু ডাঁটির ঘণ্টের ছায় ওল ডাঁটির ঘণ্ট করিতে পারা যায়। কচুশাকের ছায় ওল ডাঁটিও সিদ্ধ করিয়া তাহার জল গালিয়া ফেলিতে হইবে।

কচু ডাঁটি ও ওল ডাঁটি বর্ষাকালে পাওয়া যায়।

২২৯। মোচার ঘণ্ট।

উপকরণ।—মোচা এক পোয়া, জীরামরিচ বাটা আধ তোলা, ধনে বাটা আধ তোলা, মুন প্রায় আধ তোলা, কাঁচালকা দু

তিনটী, চিনি আধ তোলা, দুধ এক ছটাক, ঘি এক ছটাক, হিং তিন চার রতি, তেজপাতা একখানা, জীরা সিকি তোলা, জল আধ সের, ময়দা আধ কাঁচা।

প্রণালী।—মোচা কুঁচাইয়া * জলে ফেলিয়া রাখ। কাঁচালঙ্কা কুঁচাইয়া রাখ। জীরামরিচ ও ধনে বাঁটিয়া রাখ। আধ কাঁচা জলে হিংটুকু তিজাইয়া রাখ।

মোচাগুলি আধ সের জল দিয়া সিদ্ধ করিতে চড়াও। মোচা হাড়িতে সিদ্ধ করিবে, কখন লৌহপাত্রে করিবে না। প্রায় কুড়ি মিনিট সিদ্ধ হইলে পর নামাইয়া জল ঝরাইয়া ফেল। হাতে করিয়া ভাল করিয়া কসটাইয়া মোচাগুলি ভাঙ্গিয়া লও। তার পরে ইহাতে জীরামরিচ বাঁটা, ধনে বাঁটা, ছুন, চিনি, দুধ, ও কাঁচালঙ্কা কুচি একত্রে মাখিয়া রাখ। (ইচ্ছা মতে এক কাঁচা কিসমিসও ইহার সহিত মাখিয়া লইলে বেশ হয়)। ঘি চড়াও, ঘিয়ে তেজপাতা ফোড়ন দাও। যখন ঘিের ধোঁয়া বাহির হইবে, তখন জীরা ছাড়িবে। জীরার ফুট ফুট শব্দ থামিয়া গেলেই এক হাতে হিংটুকু গুলিয়া ছাড়িবে আর অপর হাতে তরকারী ঢালিয়া দিয়াই সেই পাত্র দিয়া হাড়ি ঢাকিয়া দিবে। খুন্সি দিয়া নাড়া চাড়া করিয়া যখন দেখিবে জল টুকু মরিয়া গিয়া বেশ থকথকে হইয়া আসিয়াছে তখন নামাইয়া রাখিবে। তার পরে ময়দা কাঠেবোলায় চমকাইয়া জীবৎ লাল্চে হইয়া আসিলে তাহা ঘণ্টের উপরে ছড়াইয়া দিবে।

৩০০। মোচার বড়া বন্ট।

উপকরণ।—ছোট মটর ডাল এক ছটাক, শুক্ল লঙ্কা দুইটা,

* ২০০ পৃষ্ঠার মোচার আনুষঙ্গ্যে মোচা বানাইবার প্রণালী দেখ।

হুন আধ তোলা, মোচা একটি বা ছাড়ান মোচা এক পোয়া, জীরা মরিচ বাটা আধ তোলা, ধনে বাটা আধ তোলা, চিনি আধ তোলা, হুধ আধ পোয়া, জল প্রায় এক ছটাক, ঘি এক ছটাক, হিং তিন রতি, জীরা হুয়ানিভর, তেজপাতা দুই খানা, কাঁচা লব্ধা দুই তিনটা, ছোট এলাচ একটি, দারচিনি হুয়ানি ভর, লব্ধ চার পাঁচটা, তেল আধ পোয়া।

প্রণালী।—মটর ডালগুলি ধুইয়া ভিজাইতে দাও। এক ঘণ্টার মধ্যে ভিজিয়া গেলে ডালগুলি বাটা। শুক্কা লব্ধা বাটিয়া রাখ। মোচা * ছাড়াইয়া জলে ফেল। জীরা মরিচ বাটিয়া রাখ এবং ধনে বাটিয়া রাখ। হিংটুকু এক কাঁচা জলে ভিজাইয়া রাখ।

বাটা ডালে সিকি তোলা লব্ধা বাটা মাখ। ঠিক ভাজিবার আগে বড়ার অন্ত ডালবাটা ফেটাইবে এবং তাহাতে দু এক চিমটি হুন মিশাইয়া লইবে। কখনো আগে হইতে ডাল বাটাতে হুন মাখিয়া রাখিবে না, তাহা হইলেই বড়া শক্ত হইয়া যাইবে। তেল চড়াইয়া দাও। তেলের ধোঁয়া উঠিলে গোল গোল করিয়া বড়া ছাড়। তিন মিনিটের মধ্যে সবগুলি ভাজা হইয়া যাইবে।

মোচাগুলি আধসেরটাক জলে সিদ্ধ করিতে দাও। সিদ্ধ হইতে প্রায় মিনিট কুড়ি লাগিবে। সিদ্ধ হইলে পর জল নিংড়াইয়া গালিয়া মোচাতে জীরা মরিচ বাটা, লব্ধা বাটা, ধনে বাটা, চিনি, হুন, হুধও এক ছটাক জল সব একত্রে মাখ।

এক ছটাক ঘি চড়াও; ঘিয়ে দু খানা তেজপাতা ছাড়। মিনিট দুই পরে ঘিের সঙ্গে তেজপাতারও রং হইয়া আসিলে, জীরা ও কাঁচা লব্ধা কুচি ছাড়। তার পরেই হিং বম হস্তে ছাড়িকে

* মোচা ছাড়াইবার প্রণালী ২০২ পৃষ্ঠায় মোচার আলুর চপে দেখ।

ও ডান হাতে করিয়া মোটা চালিয়া দিবে। তার পরেই বড়া চালিয়া দিবে। প্রায় মিনিট পাঁচ পরে হাড়ি হিলাইয়া অর্থাৎ দোলাইয়া নামাইবে। গরম মশলার গুঁড়া ছড়াইয়া ঢাকিয়া রাখিবে। (গরম মশলা অর্থাৎ লঙ্গ, দারচিনি ও এলাচ কয়টা পূর্ব হইতে কুটিয়া রাখিতে হইবে)।

৩০১। চাপড়ি ঘন্টা।

উপকরণ।—টাকা বড় শসা দুট, ঝিঙা দুইটি, বি আধ ছটাক, তেজপাতা ছয়ানি, মেতি দুয়ানি ভর, শুক্ল লবঙ্গ দুইটি, হুন পাঁচ আনি ভর, খেশারি বা মটর ডাল এক ছটাক, আদা এক তোলা, সরিষার গুঁড়া দুয়ানি ভর।

প্রণালী।—শসা ও ঝিঙা কুচি কুচি করিয়া বানাইয়া ধুইয়া রাখ। ডালগুলি ছ এক ঘন্টা আগে হইতে ভিজাইতে দিতে হইবে। ডালগুলি জল হইতে ছাঁকিয়া লইয়া বেশ শক্ত করিয়া খাঁটিতে হইবে। ইহাতে আর জল তিটা দিবার আবশ্যক নাই, তাহা হইলে নরম হইবে। আদা মিহি করিয়া বাটিয়া রাখ।

একটি তাওয়ার এক কাঁচা ঘি দাও ; ঘি গলিয়া গেলো এই ডাল বাঁটা একেবারে সবটা লইয়া হাতে করিয়া চাপড়াইয়া ছাড়িয়া দাও। এই চাপড়ার এক পিঠের অল্প অল্প লালচে রং হইয়া আসিলে আর এক পিঠ উটাইয়া দিবে। দুই পিঠ হইলে তাওয়া নামাইবে।

একটি হাড়িতে অবশিষ্ট ঘি টুকু ঢালিয়া দাও। তেজপাতা, মেতি ও শুক্ল লবঙ্গ দুট ছিঁড়িয়া ফোড়ন দাও। মেতি ও লবঙ্গ রং গাঢ় হইয়া আসিলে সরিষা গুঁড়া দিয়াই তৎক্ষণাৎ তরকারী ছাড়িবে। তার পরেই হুন দিয়া ঢাকিয়া দিবে। আধ পোয়া

জল দাও । মিনিট ছয় সাত পরে তরকারী বেশ সিদ্ধ হইয়া আসিলে এই চাপড়া হাতে করিয়া আধ-গুঁড়া করিয়া দিবে । দু' এক বার নাড়া চাড়া করিয়া, আদাবাঁটা দিয়া (নামাইবার ঠিক পূর্বেই) নাড়িয়া নামাইবে । যে জলটুকু থাকে ডালের চাপড়া দিলেই তাহা টানিয়া বাষ, সেই জন্য তরকারী সিদ্ধ হইয়া গেলেই চাপড়া দিতে হইবে ।

শসা না থাকিলে ঝিঙা বা ধুঁহুলের করিলেও বেশ হয় ।

৩০২ । থোড়ের ঘণ্ট ।

উপকরণ।—দুই হাত লম্বা কচি থোড় (ওজনে আধ সের), আলু তিন ছটাক, ছোট এলাচ দুটি, লবঙ্গ চার পাঁচটি, দারচিনি সিকি তোলা, জায়ফল আধখানা, আদা আধ ছটাক, কিসমিন আধ ছটাক, জীরা সিকি তোলা, হিং চাররতি, ঘি দেড় ছটাক, তেজপাতা দুইখনি, কাঁচা লবঙ্গ চার পাঁচটি, মুন এক তোলা, চিনি আধ তোলা, জল এক ছটাক, দই এক ছটাক ।

প্রণালী।—থোড়ের খোলা ছাড়াইয়া প্রথমে চাকা চাকা করিয়া বানাইয়া আঙ্গুলে ইহার আঁশ জড়াইয়া যাও । তার পরে চাকা থোড়গুলি কুচি কুচি কর । ধুইয়া একটু মুন মাখিয়া জল নিংড়াইয়া দেখিবে কতখানি হইল, তার পরে যতটা থোড় হইবে সেই বুঝিয়া থোড়ের ঠিক আর্দ্রক ভাগ আলু সরু সরু করিয়া কুচি করিবে । কিসমিনগুলি ধুইয়া বাছিয়া রাখ । লবঙ্গ দারচিনি, ছোট এলাচ গুঁড়াইয়া রাখ । কাঁচা লবঙ্গ কয়টা, ও এক তোলা আদা কুঁচাইয়া রাখ । জীরা কাঠখোলার চমকাইয়া গুঁড়া কর । এক তোলা আদা ছেঁচিয়া তাহার রসে হিং ভিজাইতে দাও ।

হাঁড়িতে দেড় ছটাক বি চড়াইয়া তাহাতে দুইখানি তেজপাতা ছাড়। তারপরে ভিজান হিংটুকু আনুল দিয়া গুলিয়া লইয়া ঘিয়ে ছাড় এবং তখনি আলুকুচি ছাড়িয়া দাও। মিনিট চার ভাজা ভাজা করিয়া উঠাইয়া রাখ। পরে ঐ ঘিয়েতেই খোড়গুলি ছাড়। খোড়ও প্রায় ছয় সাত মিনিট ধরিয়া ভাজা ভাজা কর। তার পরে কাঁচালঙ্কা কুচি, আদা কুচি, কিসমিস, হুন, চিনি, জল, দই এই সমস্ত উপকরণ চালিয়া দিয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও। ক্রমে দেখিবে ইহার জল বাহির হইকে। প্রায় মিনিট দশ বার পরে সব জল মরিয়া মাখ-মাখ হইলে নামাইয়া ইহার উপরে ভাজা জীরা গুঁড়া ও গরম মশলার গুঁড়া ছড়াইয়া দিয়া ঢাকিয়া রাখ।

৩০৩। কুমড়াশাক দিয়া মুগেরডালের ঘণ্ট।

উপকরণ।—সোণামুগের ডাল আধ পোয়া, কুমড়াশাক আধ পোয়া, বি এক ছটাক, ধনে সিকি তোলা, জীরা মরিচ সিকি তোলা, হুন প্রায় আধ তোলা, দুধ এক ছটাক, চিনি আধ তোলা, আদা এক তোলা, হিং তিন চার রতি, কাঁচালঙ্কা তিন চারিটা, জীরা সিকি তোলা, জল পাঁচ ছটাক, শুকালঙ্কা একটা, তেজপাতা একখানা।

প্রণালী।—সোণামুগেরডাল আনিয়া বাছিয়া ধুইয়া জলে সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। প্রায় পনের কুড়ি মিনিট পরে ডাল সিদ্ধ হইয়া গেলে এবং সমস্ত জল ডালেতেই শুকাইয়া গেলে নামাইয়া একটি পাত্রে চালিয়া ফেল।

কুমড়াশাকগুলি কুচি কুচি করিয়া বানাও। তিন চার বার জল বদলাইয়া দুই হাতে কচলাইয়া কচলাইয়া ধোও, তাহা হইলে কুমড়াপাতার সবুজ রসটা অনেকটা বাহির হইয়া যাইবে

এবং পাতাগুলি গুঁড়া গুঁড়া হইয়া যাইবে। জল হইতে ছাঁকিয়া সমস্ত গুঁড়া পাতাগুলি উঠাইয়া রাখ। আধ তোলা আদা কুঁচাইয়া রাখ। কাঁচালকা কুঁচাইয়া রাখ। আধ তোলা আদার খোসা ছাড়াইয়া ছেঁচিয়া রস বাহির কর। এই রসে হিংটুকু ভিজাইতে দাও।

ধনে ও জীরামরিচ এবং গুরুলকা আলাদা আলাদা পিষিয়া রাখ।

আধ ছটাক ঘি চড়াইয়া তাহাতে কুঁচান আদার অর্ধেকগুলি ফোড়ন ছাড়। তার পরে তাহাতে কুমড়া শাক ছাড়িয়া ভাজা ভাজা কর। প্রায় মিনিট সাত আট ভাজিয়া তাহাতে সিদ্ধ ডালগুলি ছাড়। হুন দাও। খুস্তি দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দিবার পর, ডাল, শাকের সহিত মিলিয়া গেলে, ঘূষে, ধনেবাটা, জীরা মরিচ বাটা, চিনি ও এক ছটাক জল, এই সব একত্রে গুলিয়া উহাতে ঢালিয়া দাও। অবশিষ্ট আদা কুচি এবং কাঁচালকা কুচি ছাড়। খুস্তি দিয়া ভাল করিয়া নাড়িয়া দিবে, যাহাতে ডালগুলি আধ-ভাজা হইয়া যায়। মিনিট দুই পরে ফুটরা উঠিলেই নামাইয়া ঢালিয়া ফেল।

আবার আধ ছটাক ঘি চড়াও। ঘিয়ে তেজপাতা ছাড় ও জীরা ফোড়ন দাও। জীরা চুড় চুড় করিয়া থামিয়া গেলেই হিংটুকু গুলিয়া ছাড় এবং তখন পূর্ণপ্রস্তুত তরকারীও ঢালিয়া সঁতলাও। তিন চার মিনিট পরে ইহা বেশ থকথকে হইয়া আসিলে নামাইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাতে এবং লুচির সহিত হুয়েতেই খাওয়া চলে।

৩০৪। কচি মূলার ঘণ্ট।

উপকরণ।—নূতন মূলা এক পোয়া (পাঁচ ছয়টা), আলু আধ পোয়া (পাঁচ ছয়টা), শাদা মটর আধ ছটাক, ধনে এক কাঁচা (বাটা হইলে আধ ছটাক), জল একসের, হলুদ আধ তোলা, শুকালকা একটা, ঘি এক ছটাক, হিং তিন চার রতি, জীরা সিকি তোলা, তেজপাতা একখানা, কাঁচালকা তিনটা, দুধ এক ছটাক, জীরামরিচ বাঁটা আধতোলা, চিনি আধ তোলা, মুন প্রাঘ আধ তোলা, ছোট এলাচ একটা, লঙ্গ দু'তিনটা, জায়ফল সিকিখানা, দারচিনি দুয়ানি ভর।

প্রণালী। টাটকা দেখিয়া মূলা আনিবে। তারপরে মূলা চাঁচিয়া তাহার উপরের খোসা উঠাইয়া ফেল; কুচি কুচি করিয়া বা ছোট ডুমা করিয়া বানাও। আলুর খোসা ছাড়াইয়া কুচি কুচি কর বা ছোট ডুমা ডুমা করিয়া বানাও। শাদা মটরগুলি পূর্ব হইতে জলে ভিজাইয়া রাখিবে।

ধনে, হলুদ ও শুকালকা পিষিয়া দেড় পোয়া জলে গুলিয়া ছাঁকিয়া রাখিবে। জীরামরিচ আলাদা বাটিয়া রাখিবে। ঘি দু'কু আধ কাঁচা জলে ভিজাইয়া রাখ। কাঁচালকা কয়টা চুটাইয়া রাখ।

ছোট এলাচ, লঙ্গ, দারচিনি ও জায়ফলটুকু শুঁড়াইয়া রাখ।

শাদামটর ও মূলা একত্রে প্রায় আড়াই পোয়া জল দিয়া সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। প্রায় মিনিট পনের সিদ্ধ হইলে পর আলুগুলি ছাড়িয়া সিদ্ধ করিতে দিবে। আরো মিনিট দশ পরে সব তরকারী সিদ্ধ হইয়া গিয়াছে দেখিলে নামাইয়া জল ঝরাইয়া ফেল।

হাঁড়িতে এক ছটাক বি চড়াইয়া তেজপাতা ছাড়। ঘিয়ের ঝোয়া বাহির হইলে জীরা ছাড়। জীরা-কোটা শব্দ থামিয়া গেলে হিং-গোলা ছাড় এবং সিক্ত তরকারীগুলি চালিয়া দাও। প্রায় তিন চার মিনিট ধরিয়া অল্প ভাজা ভাজা কর। তার পরে ছাঁচনা (ধনে প্রভৃতি মশলা-ছাঁকা জল) চালিয়া দাও। মুন দাও। আরো আট দশ মিনিটের পর এই জলটুকু মরিয়া গাঢ় হইয়া আসিলে, হুধে জীরামরিচ বাঁটা, এবং চিনিটুকু গুলিয়া উহাতে চালিয়া দাও। বেশ থকথকে হইয়া আসিলে, নামাইয়া প্রথম মশলার গুঁড়া ইহার উপরে ছড়াইয়া দিয়া ঢাকিয়া রাখ।

ভোজন বিধি।—ইহা বর্ষাকালে খাইবার সময়। ভাত এবং লুচি হুয়ের সহিত খাওয়া চলে।

৩০৫। শীতকালে মুলার ঘণ্ট। (কিছুই প্রকার)

উপকরণ।—মুলা দুইটা, বি আধ ছটাক, জীরা দুয়ানিডর, তেজপাতা দুখানা, ধনে বাঁটা সিকি তোলা, জল পাঁচ ছটাক, চিনি আধ তোলা, ময়দা সিকি কাঁচা, হুধ আধ ছটাক, জীরামরিচ বাঁটা সিকি তোলা, মটর ডালের বড়ি চারি পাঁচটা, ছাড়া কলাইগুটি আধ ছটাকখানেক, নারিকেল কোরা এক কাঁচা।

প্রণালী।—অগ্রহায়ণ, পৌষ মাসে যখন বেশ বড় বড় মূলা উঠিবে সেই সময়ে এই ঘণ্ট করিবে। মাঝারি দেখিয়া দুটি মূলা আন। মুলার খোসা একেবারে ছাড়াইয়া ফেল। সবু সবু কুচি করিয়া বানাও। এক পোয়া জলে মূলাগুলি ভাপাইয়া লও। সাত আট মিনিটের মধ্যে চার পাঁচ বার কুটিয়া উঠিলেই নামাইবে, এবং মুলার জল ঝরাইয়া ফেলিবে।

হাঁড়িতে বি চড়াইয়া দাও। ঘিয়ে মটরডালের বড়ি করাট

ভাজিয়া উঠাও। তেজপাতা ছুটি ছাড়। তার পরে জীরা কোড়ন দিয়া চুড় চুড় করিলেই মূলা ছাড়িবে ও ধনেবাঁটা দিবে। খুস্তি দিয়া নাড়িয়া কঁস। যখন মুলার গায়ে একটু একটু লাল লাগ লাগি-তেছে দেখিবে তখন এক ছটাক জল ও মুন টুকু দিবে। দু তিন মিনিটের মধ্যে জলটুকু শুকাইয়া গেলে হুধে, ময়দা, চিনি, জীরা মরিচ বাঁটা একত্রে গুলিয়া উহাতে ঢালিয়া দিবে। নাড়িয়া চাড়িয়া কড়াইগুটিগুলি এবং ভাজা বড়িগুলি আধ গুঁড়া করিয়া ছাড়। দু এক মিনিটের মধ্যে বেশ মাখ-মাখ হইলে ঘণ্ট নামাইয়া ইহার উপরে নারিকেলকোরা ছড়াইয়া দাও। ইহা অনেকটা লাউএর ঘণ্টের মত খাইতে লাগে।

৩০৬। বিষ্কার ঘণ্ট।

উপকরণ।—বিষ্কা চারিটা (দেড় পোয়া), ঘি আধ ছটাক, মুন সিকি তোলা, ধনেবাঁটা সিকি তোলা, জীরা দুয়ানি ভর, তেজপাতা দুধানা, হিং তিন রতি, চিনি আধ তোলা, ময়দা সিকি তোলা, হুধ আধ ছটাক, জীরা মরিচ বাঁটা সিকি তোলা।

প্রণালী।—বিষ্কার ধোয়া ছাড়াইয়া সর সর করিয়া বানাইয়া ধুইয়া লও। হিং টুকু একটু জলে ভিজাইয়া দাও।

হাঁড়িতে আধ কাঁচা ঘি চড়াইয়া তাহাতে বিষ্কা ছাড়। মিনিট দুই নাড়িয়া বিষ্কাগুলি একটু ভাপ দেওয়া রকমের হইয়া আসিলে মুন দিবে। হাঁড়ি ঢাকিয়া দিবে। জল বাহির হইলে দু তিন বার নাড়িয়া দিবে। প্রায় মিনিট দুই পরে বাঁটা-ধনে টুকু দিবে। মিনিট তিন পরে ইহার জল টুকু শুকাইলে হুধে, চিনি, ময়দা, ও জীরা মরিচ বাঁটা একত্রে গুলিয়া ঢালিয়া দিবে। দু তিন বার নাড়িয়া এক মিনিট কি দেড় মিনিট পরেই নামাইয়া একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখ।

আবার হাঁড়িতে অবশিষ্ট দেড় কাঁচা ঘি চড়াইয়া বাও ;
তেজপাতা ছাড় । ঘিরের ধোঁয়া বাহির হইলে জীরা ফোড়ন
দিয়া শেষে ভিজান হিং টুকু ছাড়িয়াই তরকারী ঢালিয়া দিবে
এবং সেই তরকারীর পাত্র দিয়া অমনি হাঁড়ি ঢাকিয়া দিবে ।
মিনিট দেড়ের ভিতরে বেশ থক থকে হইয়া আসিলে নামাইবে ।
সবজুক প্রায় মিনিট আট সময় লাগিবে ।

৩০৭। শাদা কুমড়া রন্ধ ।

উপকরণ ।—শাদা কুমড়া দেড় পোয়া (এক কালি), সরিষা
তেল এক কাঁচা, হুন প্রায় আধ তোলা, হুধ এক ছটাক, চিনি
আধ তোলা, ময়দা সিকি কাঁচা, জীরা মরিচ সিকি তোলা (বাঁটা
হইলে আধ তোলা), জীরা সিকি তোলা, হিং তিন রতি, তেজ-
পাতা দুখানা, নারিকেল কোরা আধ ছটাক, জল আধ পোয়া,
ঘি আধ ছটাক ।

প্রণালী ।—শাদা কুমড়া আনিয়া খোলা ছাড়াইয়া তাহার দেড়
পোয়া ওজন করিয়া লও । তার পরে কুচি কুচি করিয়া বানাও,
এবং পুইয়া রাখ ।

জীরামরিচ বাঁটিয়া রাখ । আধ কাঁচা জলে হিংটুকু ভিজা-
ইয়া রাখ ।

তেল চড়াইয়া তাহাতে কুমড়া ঢালিয়া দাও । দু একবার তাহাতে
কুমড়া নাড়িয়া হুন দিয়া ঢাকিয়া রাখ । এখন ইহার জল বাহির
হইবে ; এই জলেতেই কুমড়াগুলি ভাপে থাকিয়া সিদ্ধও হইয়া
যাইবে । প্রায় পাঁচ ছয় মিনিট পরে ইহার জল মরিয়া গেলে, হুধে
চিনি, ময়দা, জীরামরিচ বাঁটা এবং আধ পোয়া জল মিশ্রিত করিয়া
ইহাতে ঢালিয়া দাও । খুস্তি দিয়া ঘন ঘন নাড়িয়া দাও । মিনিট

চার পাঁচ পরে গাঢ় থকথকে হইয়া আসিলে নামাইয়া একটি পাত্রে চালিয়া কেলিবে।

আবার হাঁড়িতে আধ ছটাক ঘি চড়াইয়া তেজপাতা ছাড়। হু এক মিনিট পরে ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইলে জীরা ছাড়। জীরা কোটা শব্দ থামিয়া গেলে হিং গোলাটুকু ছাড়িয়াই তরকারী চালিয়া সম্বরিতে। ইহার হু এক মিনিট পরেই ঘণ্টের উপর নারিকেল কোরা ছড়াইয়া দিয়া নামাইবে।

ভোজন বিধি।—ভাত, লুচি ছয়ের সহিত খাইতে দেওয়া চলে।

স্তম্ভাশুণ।—কুম্ভাশুণং পিত্তহরং বলং মধ্যং কক্ষাপহং

পকং লঘুঞ্চং স্কারং দীপনং বস্তিশোধনং

সর্বদোষহরং হৃদ্যং পথ্যং চেতোবিকারিণং।

কচি কুমড়া পিত্তনাশক, আধ-কাঁচা ও আধ-পাকা কুমড়া কক্ষ-নাশক, পাকা কুমড়া লঘুপাক, উষ্ণ, স্কার যুক্ত অগ্নিদীপক, বৃদ্ধাশয় শুদ্ধিকারক, ত্রিদোষ নাশক, হৃদ্য ও উন্মাদরোগীর উত্তম পথ্য।

৩০৮। লালকুমড়ার ঘণ্ট।

উপকরণ।—লালকুমড়া আড়াই পোয়া, পাটনাই ভিজা ছোলা আধ পোয়া, তেল দেড় ছটাক, শুকালকা দুইটা, সরিষা সিকি তোলা, হুন প্রায় আধ তোলা, জল আধ পোয়া, হলুদ দেড় পিরা (হলুদবাঁটা পোন তোলা), নারিকেল কোরা এক ছটাক।

প্রণালী।—লালকুমড়ার খোলা ছাড়াইয়া কুচি কুচি করিয়া কাটিয়া ধুইয়া রাখ। ভিজা ছোলা আনিয়া রাখ। হলুদটুকু ও একটি শুকালকা বাঁটিয়া রাখ। নারিকেল কুরিয়া রাখ।

তেল চড়াও হু তিন মিনিট পরে তেলের ধোঁয়া উঠিলে ইহাতে

একটি লক্ষা ছাড়িয়া পরে সরিষা কোড়ন ছাড়। সরিষার চুড়-
বুড়ানি শক রাখিয়া গেলে কুমড়া ছাড়। প্রায় চার পাঁচ মিনিট
নাড়িয়া চাড়িয়া কুমড়াগুলি অন্ন ভাজা ভাজা করিয়া দাও। মুন
দাও। জল বাহির হইলে হলুদ ও লক্ষা বাঁটা দিয়া ছোলাগুলি
চালিয়া দাও। আধ পোয়া জল দিয়া খুস্তি করিয়া বারংবার
ঘাটিয়া দাও। কুমড়া গলা গলা হইলে এবং জল মরিয়া তেল
বাহির হইতেছে দেখিলে আরো দু'চার বার নাড়িয়া নামাইয়া
ফেলিবে। ইহার উপরে নারিকেল কোরা ছড়াইয়া দিবে।

৩০২। লাল শাকের ঘণ্ট।

উপকরণ।—লাল শাক দেড় পোয়া (বার আঁটি), আলু দেড়
ছটাক, কাঁচকলা দেড় ছটাক, খেড় এক ছটাক, নারিকেল
কোরা এক ছটাক, ঘি এক ছটাক, মুন প্রায় আধ তোলা, ধনে
সিকি তোলা, ছুটি শুকালক্ষা, ময়দা আধ কাঁচা, জীরামরিচ
সিকি তোলা, হুধ এক ছটাক, জল দেড় ছটাক, চিনি আধ
তোলা, জীরা সিকি তোলা, তেজপাতা দুখানা, হিং চাররতি।

প্রণালী।—লাল শাক আনিয়া তাহার মোটা ডাঁটাগুলি
কেলিয়া সরু ডাঁটাসমেত পাতাগুলি কুঁচাও। তিন চারিবার জল
বদলাইয়া পাতাগুলি ধুইয়া ফেল। আলু এবং কাঁচকলার খোসা
ছাড়াইয়া কুঁচাও। খেড়ের খোলা ছাড়াইয়া চাকা কাট আর
আম্বলে তাহার শুঁয়ো জড়াও। তার পরে খেড়গুলি কুচি কুচি
করিয়া কাট। এই সব তরকারীগুলি ধুইয়া রাখ। নারিকেল
কুরিয়া রাখ।

ধনে, শুকালক্ষা, জীরামরিচ সব আলাদা আলাদা করিয়া
শিলে পিষিয়া রাখিবে। হিংটুকু আধ কাঁচাটাক জলে ভিজাইয়া
রাখিবে।

আধ ছটাক ঘি চড়াও। ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইলে তাহাতে কাঁচকলা, আলু, ও খোড় ছাড়িয়া নাড়াচাড়া করিবে। তিন চার মিনিট পরে শাক ছাড়িয়া হু একবার উন্টাইয়া পান্টাইয়া দিয়া ছুন দিবে। শাকের জল বাহির হইলে ধনে বাঁটা এবং লঙ্কা বাঁটা ছাড়িবে। মিনিট ছয় সাত পরে শাকের জল মরিলে, ময়লা, জীরাযরিচ বাঁটা, হুধ, চিনি এবং এই সঙ্গে এক ছটাক জল সব একত্রে গুলিয়া ঢালিয়া দাও। কুটিলেই নামাইয়া একটি পাত্রে ঢালিয়া ফেলিবে।

আবার আধ ছটাক ঘি চড়াও। তেজপাতা ও জীরা ফোড়ন ছাড়। জীরার রং লাল হইয়া আসিলেই ভিজান হিংটুকু গুলিয়া এক হাতে করিয়া ছাড়িবে আর অন্য হাতে তখন পূর্বে প্রস্তুত তরকারীটা ঢালিয়া দিবে। মিনিট চার ঘন ঘন তরকারী বাঁটিয়া দাও। বেশ থকথকে হইয়া আসিলে কোরা নারিকেল উপরে ছড়াইয়া দিয়া শাকের ঘণ্ট ঢালিয়া ফেল।

৩১০। চাঁপানটেশাকের ঘণ্ট।

প্রণালী।—উপরোক্ত প্রণালীতে নটেশাকের ঘণ্ট করিলে ভাল হইবে।

৩১১। নটেশাকের ঘণ্ট।

(দ্বিতীয় প্রকার)

উপকরণ।—নটেশাক আড়াই ছটাক, কাঁচকলা এক ছটাক, আলু আধ পোয়া, কুমড়া বড়ি পাঁচ ছয়টা, তেল এক ছটাক, ঘি এক ছটাক, ছুন আধ তোলা, জীরাযরিচ বাঁটা আধ তোলা, ধনে বাঁটা এক তোলা, চিনি আধ তোলা, হুধ আধ পোয়া, শুক-

লক্ষা হুট, ময়না সিকি কাঁচা, জীরা সিকি তোলা, হিং তিন চার রতি, তেজপাতা একখানি ।

প্রণালী।—নূতন নটেশাক আনিয়া তাহা বেশ করিয়া বাছিয়া কুঁচাও । কাঁচকলার খোলা ছাড়াইয়া কুঁচাও । আলুরও খোলা ছাড়াইয়া কুঁচাও । সব তরকারীগুলি আলাদা আলাদা ধুইয়া রাখ ।

• তেল চড়াইয়া তাহাতে বড়িগুলি ভাজিয়া উঠাও । তারপরে এই তেলেই তরকারী ছাড়, তিন চার মিনিট ধরিয়া তরকারী কসিয়া উঠাইয়া রাখ । এবারে শাক ছাড়, খুঁটি দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া ছুন দাও । হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও । শাকের জল বাহির হইলে তরকারী ছাড়িবে এবং বড়িগুলি হাতে করিয়া আধ-গুঁড়া করিয়া ছাড়িবে । নাড়িবে । যখন এই শাকের জল বরিয়া আসিবে তখন হুখে জীরামরিচ বাটা, ধনে বাটা, চিনি, ও লক্ষা বাটা গুলিয়া ঢালিয়া দিবে । তারপরে আধ পোয়া জল ঢালিয়া দিবে । তরকারীগুলি সিদ্ধ হইয়া আসিলে মিনিট ছয় সাত পরে একটু জলে ময়না গুলিয়া ঢালিয়া দিবে । হু তিনবার নাড়িয়া একটা পাত্রে ঢালিয়া রাখ ।

হাঁড়িতে ঘি চড়াইয়া তেজপাতা ছাড় । ঘিরে জীরা ফোড়ন দিয়া পরে হিং (আগে হইতে জলে ভিজাইয়া রাখিবে) ছাড়িয়াই পূর্বপ্রস্তুত তরকারীটা ঢালিয়া দিবে । হাঁড়ি ঢাকিয়া দিবে । নাড়িয়া চাড়িয়া ষটটা একটা পাত্রে ঢালিয়া রাখ । নামাইয়া একগে আদা ছেঁচা আর নারিকেল কোরা ইহার উপরে ছড়াইয়া দাও ।

৩১২ । নটেশাকের ঘণ্ট ।

(তৃতীয় প্রকার)

উপকরণ।—নটেশাক তিন ছটাক, আলু দেড় ছটাক, বেগুন এক ছটাক, মূলা এক ছটাক, জল আধসের, জীরামরিচ

বাঁটা আধ তোলা, হলুদ বাঁটা আধ তোলা, ধনে বাঁটা এক তোলা, শুকালকা একটি, কাঁচালকা চারিটা, ছধ এক ছটাক, চিনি এক তোলা, ঘুন আধ তোলা, ময়দা আধ কাঁচা, বি এক ছটাক, তেজপাতা দুখানা, জীরা সিকি তোলা, রাধুনি সিকি তোলা, মোরী সিকি তোলা, কুমড়াবড়ি আটটা, আদা এক তোলা, তিল এক কাঁচা, ছোটএলাচ ছটি।

প্রণালী।—নূতন নটেশাকের মোটা ডাঁটাগুলি বাদ দিয়া কচি ডাঁটা সমেত পাতাগুলি লইবে। শাকগুলি বতটা পারিবে কুঁচাইবে। আলুর খোসা ছাড়াইয়া কুঁচাইবে। বেগুন, মূলাও কুচি করিয়া বানাইবে। সব তরকারীগুলি ধুইয়া রাখিবে। রাধুনি, মোরী, কাঁচা লকা, তিল এবং ছটি ছোটএলাচ একত্রে পিষিয়া রাখ। আদাটুকু ছেঁচিয়া রাখ।

সমুদয় তরকারী একত্রে সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। প্রায় দশ পনের মিনিট সিদ্ধ হইলে নামাইয়া জল ঝরিতে দাও। একটু ঠাণ্ডা হইলে পর সনস্ত তরকারী চটকাইয়া বতটা জল গালিতে পার গালিয়া ফেল। ইহাতে জীরামরিচ বাঁটা, হলুদ বাঁটা, ধনে বাঁটা, শুকালকা বাঁটা, ঘুন, ময়দা, ছধ, চিনি এইগুলি সব একত্রে মাখ। ইচ্ছা করিলে ময়দা এই সঙ্গে না দিয়া কাঁচাঝাড় চমকাইয়া সেই ময়দা, রাধা ঘণ্ট নামাইবার কালে তাহার উপরে ছড়াইয়া দিতেও পার।

বি চড়াও। আগে বড়িগুলি ঘিরে ভাজিয়া উঠাও। ঘিরে তেজপাতা ও জীরা কোড়ন দিয়া জীরামরিচ বাঁটা প্রভৃতি দ্বারা মাখা সিদ্ধ তরকারীটা ঢালিয়া সাতলাও। প্রায় মিনিট চার ঘন ঘন নাড়িয়া তার পরে ভাজা বড়িগুলি আধ-গুঁড়া করিয়া দাও। আরো তিন চার মিনিট পরে যখন বেশ থক থকে হইয়া

মাথা-চোখা হইয়া আসিয়াছে দেখিবে তখন নামাইয়া ফেলিবে। এইবারে রাঁধুনি, ঘোঁরী, তিল ইত্যাদি বাঁটা মশলাতে আদার রস দিয়া গুলিয়া লও। ঘণ্টের উপরে উহা ঢালিয়া দিয়া খুস্তি দ্বারা বাঁটিয়া দাও।

৩১৩। হিঞ্চা শাকের ঘণ্ট।

প্রণালী।—হিঞ্চা শাকের ঘণ্ট ঠিক নটে শাকের ঘণ্টের মত করিয়া রাঁধিতে হইবে। হিঞ্চা শাক তিত বলিয়া উহা অত্যন্ত তরকারীর সহিত সিদ্ধ না করিয়া আলাদা সিদ্ধ করিয়া লইতে হইবে। এবং জল গালিয়া ফেলিতে হইবে।

৩১৪। পালম শাকের ঘণ্ট।

উপকরণ।—পালম শাক দেড় ছটাক (দু আঁটি), কাঁচকলা আধ পোয়া (দুইট), আলু আধ পোয়া (দুইটি), কুমড়া বড় পাঁচ ছয়ট, সরিষা তেল আধ ছটাক, মুন প্রায় ছয় আনি ভর, জীরা-মরিচ বাঁটা আধ তোলা, ধনে বাঁটা আধ তোলা, চিনি আধ তোলা, দুধ এক ছটাক, গুড়া লব্ধা বাঁটা দুইট, ময়দা আধ তোলা, জল প্রায় আধ পোয়া কি তিন ছটাক, ঘি আধ ছটাক, জীরা সিকি তোলা, হিং তিন রতি, তেজপাতা দু খানা।

প্রণালী।—পালম শাকগুলি কুঁচি কুঁচি করিয়া বানাও। কাঁচকলার খোসা ছাড়াইয়া কুঁচি কুঁচি কর। আলুরও খোসা ছাড়াইয়া কুঁচাও। সব ধুইয়া রাখ।

ধনে, জীরামরিচ ও গুড়া লব্ধা পিষিয়া রাখ। হিংটুকু আধ কাঁচা জলে ভিজাইতে দাও।

তেল চড়াও। তেলের ধোঁয়া উঠিলে তাহাতে আগে বড়িগুলি ভাজিয়া উঠাও। তারপরে এই তেলে আলু ছাড়। আলুগুলি

আধ-সাঁতলান হইলে কাঁচকলাগুলি ছাড়িবে। কাঁচকলাগুলিও সাঁতলান হইলে উঠাইয়া রাখ। মিনিট পাঁচের মধ্যে সমস্ত তরকারী সাঁতলান হইয়া যাইবে। তার পরে সেই তেলেই শাক ছাড়িয়া, মুন দিবে। শাকের জল বাহির হইলে তরকারীগুলি ছাড়িবে, এবং বড়িগুলি হাতে করিয়া আধ-শুঁড়া করিয়া ইহার উপরে ছড়াইয়া দিবে। দু'একবার নাড়িয়া দিয়া, জীরামরিচ বাঁটা, ধনে বাঁটা, লবঙ্গ বাঁটা, ও চিনি হুখে গুলিয়া ইহাতে ঢালিয়া দাও। জলটুকুও ঢাল। দিশি আলু হইলে প্রায় আধ পোয়া তিন ছটাক জল লাগিবে; বোম্বাইয়ের বেশ নরম আলু হইলে এক ছটাক কি দেড় ছটাক জল দিলেই হইবে। প্রায় মিনিট পাঁচ পরে ক্রমে গাঢ় হইয়া আসিতেছে দেখিলে দেড় কাঁচাটাক জলে আধতোলাটাক ময়দাটুকু গুলিয়া ঢালিয়া দাও। নাড়িয়া চাড়িয়া নামাইয়া একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখ।

আধ ছটাক ঘি চড়াও, তেজপাতা ছাড়। ঘিরের ধোঁয়া উঠিলে জীরা ফোড়ন দাও এবং জলে গোলা হিংটুকু উহাতে ছাড়িয়াই তরকারী ঢালিয়া দাও। বেশ মাখা-চোখা হইয়া আসিলে নামাইবে।

৩১৫। পটোলের দণ্ট।

উপকরণ।—পটোল আধ পোয়া, আলু আধ পোয়া, ঘি আধ ছটাক, দু'এক ছটাক, জল আধ পোয়া, তেজপাতা একখানা, কাঁচা লবঙ্গ দুইটি, জীরা দুয়ানি ভর, হিং দু'তিন রতি, চিনি আধ তোলা, মুন প্রায় ছয় আনিভর, জীরামরিচ সিকি তোলা, ধনে সিকি তোলা, আদা আধ তোলা।

প্রণালী।—পটোলের বাধাইয়া ধোয়া ছাড়াইয়া কুচি কুচি

কর। আলু খোসা ছাড়াইয়া কুচি কুচি বা ছোট ছোট ডুমা করিয়া বানাও। আলু ও পটোলগুলি ধুইয়া রাখ। কাঁচা লঙ্কা ও আদা কুঁচাইয়া রাখ—হিংটুকু আধ-কাঁচাটাক জলে ভিজাইয়া রাখ। জীরামরিচ ও ধনে শিলে পিষিয়া রাখ।

হাঁড়িতে এক কাঁচা ঘি চড়াও। ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইলে তাহাতে পটোল ও আলু ছাড়। প্রায় মিনিট পাঁচ ছয় পরে আলু পটোলের জল মরিয়া গেলেও হু এক মিনিট বেশ নাড়া চাড়া করিয়া আধ পোয়া জল দিয়া হুনটুকু দিবে। প্রায় মিনিট ছয় সাত পরে আলু ও পটোল সিদ্ধ হইলে জীরামরিচ বাঁটা, ধনে বাঁটা ও চিনি হুখে গুলিয়া ঢালিয়া দিবে। ফুটলে পর আদা ও কাঁচা লঙ্কা কুচি ছাড়িবে। পাঁচ ছয় মিনিট পরে বেশ গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইয়া একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখিবে।

আবার হাঁড়িতে এক কাঁচা ঘি চড়াও। ঘি তেজপাতা ছাড়। হু এক মিনিটের মধ্যে ঘিয়ের ধোঁয়া উঠিলে জোয়া ছাড়িবে। জীরার চুড় চুড় শব্দ থামিয়া গেলে, হিং গোলা ছাড়িয়াই তখনি তরকারী ঢালিয়া সাতলাইবে। হু এক মিনিট পরে নাড়িয়া নামাইয়া রাখিবে।

ভোজন বিধি।—ভাত এবং লুচি দুয়েরই সঙ্গে খাওয়া চলে।

৩১৬। পটোলের শাদা ঘন্ট।

উপকরণ।—পটোল এক পোয়া, আলু আধ পোয়া, কিসমিস এক কাঁচা, বাদাম বারটা, তেজপাতা দুখানা, ছোটএলাচ দুইটা, দারচিনি দুয়ানি ভর, লব্ধ তিন চারিটা, হুন প্রায় আধ তোলা, ঘি তিন কাঁচা, জল আধ পোয়া, আদা আধ গিরা, কাঁচা লঙ্কা দুটি।

প্রণালী । - পটোলের খোসা ছাড়াইয়া কুঁচাও । আলুর খোসা ছাড়াইয়া কুঁচাও । কিসমিসগুলি বাছিয়া ধুইয়া রাখ । বাদামের খোলা ভাঙ্গিয়া ভিজাইতে দাও । তার পরে খোসা ছাড়াইয়া প্রত্যেক বাদামটিকে ছয় ভাগে কাট । আদা ও কাঁচা লঙ্কা কুচি কুচি করিয়া রাখ ।

যি চড়াও, যিয়ে তেজপাতা ও গরম মশলা ছাড় । দুই মিনিট পরে ঘিয়ের ধোঁয়া উঠিলে আলু ও পটোল ছাড়িয়া মিনিট চার পাঁচ কসিবে, তারপরে কিসমিসগুলি ছাড়িবে । দু একবার নাড়া চাড়া করিয়া আধ পোয়া জল দিয়া হুন দিবে । এইবারে আদা ও কাঁচালঙ্কা কুচি ছাড়িবে । মিনিট ছয় সাত পরে ইহার জল মরিয়া বেশ মাখা-মাখা হইলে নামাইবে ।

ভোজন বিধি ।—ইহা ভাত এবং খিচুড়ির সহিত খাইতে পার । লুচির সহিত খাইতেও বেশ লাগিবে ।

৩১৭ । পটোলের দয়ে ঘণ্ট ।

উপকরণ ।—পটোল এক পোয়া, আলু আধ পোয়া, কিসমিস এক কাঁচা, বাদাম বার তেরটা, পেস্তা বার তেরটা, দুই আধ ছটাক, ধনে বাঁটা পোন তোলা, হলুদ বাঁটা পোন তোলা, আদা এক তোলা, শুকালঙ্কা দুইট, কাঁচালঙ্কা তিনটি, জায়ফল আধ-খানা, ছোটএলাচ চারিটা, দারচিনি সিকি তোলা, লবঙ্গ ছয়টা, তেজপাতা একখানি, হুন প্রায় আধ তোলা, যি এক ছটাক, জল আধ পোয়া ।

প্রণালী ।—আলু ও পটোলের খোসা ছাড়াইয়া কুচি কুচি করিয়া বানাইয়া আলাদা আলাদা ধুইয়া রাখ ।

বাদাম ও পেস্তা জলে ভিজাইতে দাও । এ গুলি কিছুক্ষণ

ভিজিলে পর, খোসা উঠাইয়া কুঁচাইয়া রাখ। কিসমিসগুলি বাছিয়া ধুইয়া রাখ। আদা এবং কাঁচালঙ্কাগুলি কুচি করিয়া কাটিয়া রাখ। গুৱালঙ্কা দুটি পিষিয়া রাখ।

জারফলটুকু, দুটি ছোটএলাচ, তিনটা লঙ্গ এবং ছয়ানিভর দারচিনি মিহি করিয়া গুঁড়াইয়া রাখ।

এবারে আগুনে হাঁড়ি চড়াও। হাঁড়িতে সব ঘিটুকু ঢালিয়া দাও। দু'এক মিনিটের মধ্যে ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইলে কিসমিস-গুলি ছাড়িয়া ভাজ। কিসমিস ফুলিয়া উঠিলেই উঠাইয়া ফেলিবে। তাহার পর সেই ঘি়ে তেজপাতা, দুটি ছোটএলাচ, তিনটা লঙ্গ, এবং অবশিষ্ট ছয়ানি ভর দারচিনি ছাড়। ভাজা গরম মশলার বেশ স্রবাস বাহির হইলে, ধনে বাঁটা, হলুদ বাঁটা, লঙ্কা বাঁটা দইয়েরগুলিয়া ঢালিয়া দাও। মিনিট পাঁচ ধরিয়া মশলা কস; তার পরে যখন দেখিবে দইয়ের জল মরিয়া গিয়াছে এবং মশলা ঘিয়ের উপরে বুড় বুড় করিতেছে, তখন আলু ও পটোল ছাড়িয়া নুন দিবে। দু'তিন মিনিট ধরিয়া নাড়িয়া দেখিবে ইহার জল বাহির হইয়াছে; জলটুকু মরিয়া গেলে তবে আলু পটোল সিদ্ধ হইবার মত জল দিবে। ফুটিয়া উঠিলে বাদাম, পেস্তা, আদা, কাঁচা লঙ্কা কুচি ও ভাজা কিসমিস ঢালিয়া দিবে। মিনিট দশ বারের মধ্যে ইহার জল মরিয়া বেশ ঘিয়ের উপরে থাকিলে নামাইয়া গরম মশলার গুঁড়া টুকু ছড়াইয়া ঘণ্টের উপরে দিবে। ঘণ্টটা একবার নাড়িয়া দাও এবং ঢাকিয়া রাখ।

ভোজন বিধি :—ভাত এবং লুচি ছয়েরই সঙ্গে খাওয়া চলে। বেশ সুখ্যোচক।

ষষ্ঠ অধ্যায় ।

বড়ি ।

প্রয়োজনীয় কথা ।

বড়ি ।—আমাদের দেশে হিন্দু জীলোকদের নানাবিধ সাংসারিক কর্মের মধ্যে বড়ি দেওয়াও একটি প্রয়োজনীয় কায বলিয়া গণ্য হয় । মহোৎসব, পূর্ণ, বিবাহ প্রভৃতি যে কোন শুভ কর্ম করিবার প্রায় সাত আট দিন অথবা এক মাস দুই মাস আগে হইতে মেয়েরা বড়ি দিয়া শুভদিনের শুভকর্মের যেন সূচনা করিয়া রাখেন ।

বড়ি দিবার জন্য স্বতন্ত্র দিন স্বতন্ত্র মাসও নির্দ্ধারিত আছে । অগ্রহায়ণ মাসের শুক্ল পক্ষের যে কোন তিথিতে ভাল দিন দেখিয়া বড়ি দিবার জন্য আয়োজন করা হয় । তা বলিয়া যে আর কোন মাসে বড়ি দেওয়া যায় না কি দেওয়া হয় না তাহা নয় । সকল সময়েই দেওয়া যায় কেবল রোজের অভাবে বর্ষাকালে বড়ি দেওয়া সুবিধাকর নহে ।

বড়ি দিবার রীতি ।—অগ্রহায়ণ মাসের শুক্ল পক্ষের ৩০ দিনে এককালে তিন রকম বড়ি দিবার বিধি । কুমড়াবড়ি, ফুলবড়ি ও বিচেবড়ি । কুমড়াবড়ি প্রথমেই দিতে হয় । ক্রমে ক্রমে তারপরে ইচ্ছামত অন্যান্য বড়ি দেওয়া হয় । কুমড়াবড়ি দিবার কালে সর্কীণ্ডে বড় বড় করিয়া ছুটি বড়ি দিতে হয় । এই দুইটী বড়ির নাম “বুড়াবুড়ী” । প্রৌড়া জীলোকেরা আমোদ করিবার জন্ত বোধ হয় বড়ি ছুটির “বুড়াবুড়ী” এই নাম রাখিয়া থাকিবেন । ধান, দুর্গা, ফুল, সিন্ধুর দিয়া এই বুড়াবুড়ী দুটিকে যেন বিবাহের বেশে সাজান হয় । চারিদিক হইতে মঙ্গল জলধারা

ওঠে। বাহারা বড়ি দিতে আসে তাহাদেরই মধ্যে একজন পাকা লোককে “বুড়াবুড়ী” গড়িতে দেওয়া হয়। পরে অন্য সকলে বড়ি দিতে আরম্ভ করে। বড়ি দিবার কালে পরিকার কাপড় পরিয়া শুদ্ধ হইয়া তবে বড়ি দিবার রীতি প্রচলিত। নবায়নের দিনে এই নূতন বড়ি দিয়া ব্যঞ্জন প্রস্তুত করিয়া লোক খাওয়ান হয়।

প্রসিদ্ধি আছে বড়ি ফুলের ঘারে মুছা যায়। অর্থাৎ বড়ি প্রস্তুত করিবার কালেও বেরূপ সাবধানে সযত্নে করিতে হয় আবার সেইরূপ সাবধানে এবং সযত্নে না রাখিলেও নষ্ট হইয়া যাওয়া সম্ভব। সাধারণতঃ কাঁচা মাষকলাই ডাল ভিজাইয়া তাহার খোসা উঠাইয়া ধুইয়া তবে ডাল বাটিতে হয়। তারপরে এই ডাল বাটা ফেটাইয়া বড়ি দেওয়া হয়। এই ডাল বাটা যদি কম ফেটান হইল তো বড়ি শক্ত হইয়া গেল, আবার বেশী ফেটান হইল তো বড়ি তুলিতে পারা যায় না তুলিবার সময় ভাঙ্গিয়া যায়। একটু পুরান ডাল হইলেও বড়ি ভাল হইবে না। আবার একটু মেঘ দেখা দিল তো বড়ি মিইয়া গেল। বড়ির বাঁটা ডাল ফেটান হইলে একবাটা জলে এক টোপ ফেলিয়া দেখিবে যে ভাসিয়া উঠিয়াছে কি না যদি ভাসিয়া ওঠে তো বুঝিবে ডাল আর ফেটাইবার দরকার নাই। কচু বা কলাপাতার কিছা চটে, কাপড়ে বা খালায় ফেটান ডাল বাঁটা হাতে করিয়া লইয়া টোপ টোপ করিয়া বড়ি দিতে হয়। কাপড় ছাড়া বাহাতে বড়ি দিবে সবেতেই একটু সরিষা তেল মাখাইয়া তবে বড়ি দিতে হইবে। চট প্রভৃতিতে তেল একটু না মাখাইলে বড়ি ভাল করিয়া ওঠে না। কিন্তু চট পুরান হইয়া গেলে আর তেল দিবার আবশ্যক হয় না। একদিন ডাল যকম রোদ পাইলেই কাপড়

হইতে বড়ি উঠান যাইবে, তারপর দিন আর একবার রৌদ্রে দিলেই ঠিক হইয়া যাইবে। কিন্তু দৈবক্রমে মেঘ হইলে বড়ি শুকান দায় হইয়া উঠে। অনেক সেই রকম সময়ে উনানের উপরে আশুনের তাপে বড়ি শুকাইয়া লইয়া থাকে। এই জন্য ভাল রকম শুকু দিন দেখিয়া তবে ডাল ভিজাইতে হইবে। বড়ি হইয়া গেলে নূতন হাঁড়ি বা শুকু টিনে পুরিয়া রাখিতে হয়। আর মাঝে মাঝে রৌদ্রে দিতে হয় বিশেষ বর্ষাকালে।

যত প্রকার বড়ি আছে তাহার মধ্যে কুমড়া বড়িই প্রধান। ইহা ছাড়া তেণ্ডা বড়ি, মসুর ডালের বড়ি, বিটপালমের বড়ি, মুলার বড়ি, রাঙা আলুর বড়ি, তিলেবড়ি, পোস্তর বড়ি, প্রভৃতি অন্যান্য অনেক প্রকার বড়ি আছে। আমাদের প্রায় অধিকাংশ তরকারী বড়ি দিয়া রাখা হইয়া থাকে। নিরামিষ তরকারীতে মাছ বা মাংসের অভাবে বড়িতে অনেকটা পূর্ণ হইয়া থাকে। কোন কোন আমিষ তরকারী বড়ি দিয়া রাখিলে তাহার স্বাদ আরও ভাল হয়। বাঙ্গলার অনেক মাছের তরকারীতেই প্রায় বড়ি দিয়া রাখা হয়। বড়ির গন্ধে তরকারী সুস্বাদু হইয়া উঠে।

৩১৮। কুমড়াবড়ি।

উপকরণ।—একটি ছাঁচি কুমড়া (ওজন তিন সের), কাঁচা মাষকলাই দশ সের, জীরা আধ পোয়া, হিং সিকি তোলা, ছুন আধ ছটাক, চালের গুঁড়ি বা শফেদা এক সের।

প্রণালী।—পুক ও পাকা রকম দেখিয়া একটি ছাঁচি কুমড়া আনিয়া লম্বা চার ভাগে কাট। ইহার বিচিগুলি বাহির করিয়া একটি খালার বা কুলার করিয়া শুকাইতে দাও। তারপরে কুমড়া কুকনি দ্বারা কুমড়াগুলি কুরিয়া ইহাও একটি কুলার বিছা-

ইয়া শুকাইতে দাও। দুদিনের মধ্যে শুকাইয়া যাইবে। একপিঠ আধ শুকা হইলে উল্টাইয়া দিবে।

বড়ি দিবার পাঁচ ছয় দিন পূর্বে গোটা কলাই আনিয়া তাহার মাটি প্রভৃতি বাছিয়া একখানি কাপড় বা চটের উপরে বিছাইয়া রৌদ্রে দাও। একদিন ভাল রকম রৌদ্র পাইলে কলাইগুলি বেশ খড়খড়ে হইয়া যাইবে, তখন ভাঙ্গিয়া ভাল তৈয়ারি করিবার সুবিধা হইবে। তারপরে যাতার ভাঙ্গ। এইবারে কুলায় করিয়া পাছড়াইয়া গোটা ডালগুলি সমুদয় বাছিয়া ফেল। ডাল ঝাড়িয়া খুদগুলি আলাদা করিয়া রাখিয়া দাও।

এই তো গেল ডাল ভাঙ্গা।

যে দিন বড়ি দিবে তাহার পূর্ব রাত্রে ডাল জলে ভিজাইতে দিবে। ভোরে উঠিয়া যতটা পরিষ্কার করিয়া পার ডাল রগড়াইয়া ধুইয়া পোশা উঠাইয়া ফেল। ইহাতে অনেক জলের আবশ্যক। সেই জন্য পুকুরে কি চৌবাচ্চার যাহার যেখানে সুবিধা হয় ধুইলেই ভাল।

এইবারে ডালের উপরে একটু নুনের ছিটা দাও। তারপরে শুকা কুনড়ার সহিত ডাল বাঁটি। কাঁচা কুনড়ার সহিত ডাল বাটিয়া বড়ি হয় কিন্তু তাহাতে বড়ি ভুবড়াইয়া যায়। জীরাগুলি আধ-কোটা করিয়া রাখ। হিং একটু জলে ভিজাইতে দাও।

ডাল বাঁটাতে কোটা জীরা, গোলা হিং, এবং নুন মিশাইয়া লও। এবারে ক্রমে ক্রমে ডাল ফেটাও। একটি বড় গাঢ় অথচ চেহ্লা পাত্রে (বড় কাঁদির ভায় পাত্রে) খানিকটা খানিকটা করিয়া বাঁটাডাল লইয়া ফেটাইতে হইবে। মাঝে মাঝে একটু জলের আছড়া দিবে।

যখন দেখিবে বেশ শাদা এবং হালকা হইয়া আসিতেছে,

তখন এক বাটী জলে এক টোপ ফেলিয়া দিবে। দেখিবে একে-
বারে জলের উপরে ভাসিয়া উঠিয়াছে, তখন আর ফেটাইবে না।

এখন একটি থালাতে চালের গুঁড়ি (শফেদা) ঢালিয়া থালাময়
ছড়াইয়া রাখ। বড়ির এইবারে ফেটান ডাল হইতে টোপ তুলিয়া
সেই টোপ গুলির তলায় শফেদা মাখাইয়া একে একে একটি চাদর
কিষা চটে বসাইয়া বসাইয়া দাও। একদিন সারা দিন রোদ্র
পাইলে পর বিকাল বেলায় উঠাইয়া রাখিবে। পরদিন আবার
রোদ্রে দিয়া তারপরে চাদর বা চট হইতে উঠাইয়া একটি নূতন
হাড়িতে পুরিয়া হাড়ির মুখ বন্ধ করিয়া রাখিবে। ছ তিন মাস
অন্তর একবার রোদ্রে দিবে। যেন ছাতা না পড়ে। ইহা সব
রান্নায় দেওয়া চলে।

অল্প পরিমাণে কুমড়া বড়ি করিতে গেলে নিম্নলিখিত পরিমাণে
উপকরণ লইবে।

কলাইডাল পাঁচ পোয়া, ছাঁচি কুমড়া তিন পোয়া, জীরা এক
তোলা, হিং চার রতি, মুন সিকি তোলা।

৩১৯। বিচেবড়ি।

উপকরণ।—ছাঁচি কুমড়ার বিচি এক পোয়া, কলাইডাল এক
সের, হিং চার পাঁচ রতি, চালের গুঁড়ি (শফেদা) আধ পোয়া,
মুন আধ তোলা।

প্রণালী।—পূর্ব রাত্রে এক সের ডাল ভিজাইতে দিবে। পর
দিন ডাল ধুইয়া উহাতে একটু মূনের ছিটা দিয়া বাঁটা। হিংটুকু একটু
জলে গুলিয়া উহাতে মিশাও। ডাল বাঁটা শাদা করিয়া ফেটাও।
তার পরে ঠিক বড়ি দিবার আগেই অবশিষ্ট মুনটুকু মিশাইয়া
লও। বড়ির টোপ গুলির তলায় চালের গুঁড়ি মাখাইয়া চটের

উপরে বসাইয়া বসাইয়া দাও। একদিন রোদে শুকাইতে দাও। পরদিন চটের উপর হইতে তুলিয়া বড়িগুলি একটি থালায় করিয়া শুকাইতে দিবে। তারপরে উঠাইয়া রাখিবে।

ভোজন বিধি।—ইহা পান্তভাত, কেনসাভাত, খিচুড়ি ইত্যাদির সহিত খাইতে হয়। বিচেবড়ি পুড়াইয়া তেল, নুন মাখিয়া খাইতে ভাল লাগে। *

৩২০। কুল বা টোপাবড়ি।

প্রণালী।—ইহাতে আর কোন মশলা লাগিবে না। কেবল বাটা ডাল কেটাইয়া তাহাতে একটু নুন মিশাইয়া কচুপাতে বা পাতলা কাপড়ে এক একটি টোপা কুলের মত বড় করিয়া বড়ি দিবে। কচুপাতায় বড়ি দিতে হইলে তাহাতে একটু সরিষা তেল মাখিয়া লইবে।

ভোজন বিধি।—এই বড়ি অমল ও চুড়িতে দিয়া রাখিতে হয়।

৩২১। মুলার বড়ি।

উপকরণ।—কলাইডাল এক সের, মূলা চারিটা, জীরা আধ ছটাক, নুন আশ তোলা।

প্রণালী।—মুলার খোসা ছাড়াইয়া খেঁত করিয়া এক দিন ঘোড়ে শুকাইয়া লইবে।

যে দিন মূলা শুকাইতে দিবে সেই দিন রাতে ডাল ভিজাইতে দিবে। পরদিন সকালে ডাল ধুইয়া খোসা উঠাইয়া ডাল বাটা। তারপরে জীরা ও মূলা ডালবাটতে মিশাইয়া কেটাও। বেশ

* ১১১ পৃষ্ঠায় বিচেবড়ি সেকা দেখ।

শাদা ও হাণকা হইয়া আসিলে, মুনটুকু মিশাইয়া কাপড়ের উপরে বড়ি দাও। বড়িগুলি শুকাইলে উঠাইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা চুচুড়ি ও অল্পে দিয়া রাখিতে হয়।

৩২২। তিলের ভাজা বড়ি।

উপকরণ।—কলাইডাল এক পোয়া, তিল আধ ছটাক, মুন ছয়ানি ভর।

প্রণালী।—ডাল ভিজাইয়া ধুইয়া মিহি করিয়া বাঁট। তার পরে ফেনাইয়া ইহাতে মুন ও তিল মিশাইয়া ছোট ছোট করিয়া বড়ি দাও। রোদে শুকাইলে উঠাইয়া রাখ।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাসা বা ছাঁকা তেলে কেবল ভাজিয়া খাইতে হয়। *

৩২৩। রেউড়ি বড়ি।

উপকরণ।—শাদা তিল আধ পোয়া, কলাইডাল এক পোয়া, মুন ছয়ানি ভর।

প্রণালী।—শাদা তিল আনিয়া বালি ইত্যাদি বাছিয়া রাখ। কলাইডাল ভিজাইয়া ধুইয়া মিহি করিয়া বাঁটিয়া রাখ। ডাল বাঁটা শাদা করিয়া কেটাও। মুন মিশাও। একটি খালায় তিল রাখ। ঠিক রেউড়ির আকারে বড়ি গড়িয়া তিলের উপরে রাখিয়া দুই পিঠে তিল মাখাও। তার পরে একখানি কাপড়ের উপরে রাখিয়া শুকাইতে দাও।

ভোজন বিধি।—ইহাও ভাজিবার বড়ি। ছাঁকা তেলে ভাজিতে হইবে।

* ১৮০ পৃষ্ঠায় বড়ি ভাজা দেখ।

৩২৪। পোস্তদানার বড়ি।

উপকরণ।—কলাইডাল এক পোয়া, পোস্তদানা আধ ছটাক, নুন দুয়ানি ভর।

প্রণালী।—পোস্তদানাগুলি এক বাটা জলে ফেলিয়া জল হইতে ছাঁকিয়া উঠাও, তাহা হইলে সমুদয় বালি জলের নীচে পড়িয়া যাইবে।

কলাইডাল ভিজাইয়া, ধুইয়া বাঁট। বাটা হইলে তাহাতে নুন ও পোস্তদানা মিশাইয়া বড়ি দিবে। ইচ্ছা করিলে পোস্তদানাগুলি বাঁটিয়া ফেটান ডালের সহিত মিশাইয়া আবার ছ তিন বার ফেটাইয়াও বড়ি দিতে পার।

ভোজন বিধি।—পোস্ত বড়ি ভাজিয়া খাইতে দিতে পার। অস্থলে দিলেও বেশ হয়।

৩২৫। মটরডালের বড়ি।

প্রণালী।—ছোট মটর বা বড় মটর আনিয়া ভোরে ভিজাইতে দিবে। তারপরে মিহি করিয়া পিষিয়া ফেটাও। শেষে একটু নুন মিশাইয়া কচুপাতা বা কুলার উপরে টোপা বড়ির মত বড় করিয়া বড়ি দাও। তেওড়া বা খেঁশারি ডালের বড়িও উপরোক্ত প্রকারে করিতে হইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা অস্থলে এবং শাকের ঘণ্টের সহিত খাইতে হয়।

৩২৬। মসুরডালের বড়ি।

প্রণালী।—মসুরডালের বড়ি ঠিক উপরোক্ত মটরডালের বড়ির আয় করিতে হইবে।

ভোজন বিধি।—ইহাও অম্বলে এবং শাকের ঘণ্টের সহিত খাইতে হয়।

৩২৭। রাঙ্গালুর বড়ি।

উপকরণ।—কলাইডাল এক সের, বড় রাঙ্গালু চারিটা, জীরা আধ ছটাক, হুন সিকি তোলা।

প্রণালী।—রাঙ্গাআলু আনিয়া তাহার খোসা ছাড়াইয়া ছেঁচিয়া একটি কুলায় বা থালা করিয়া এক দিন রোদ্রে শুকাইতে দাও। যে দিন রাঙ্গাআলু শুকাইতে দিবে সেই রাত্রে ডাল ভিজাইতে দিবে। পর দিন ভোরে উঠিয়া ডাল ধুইয়া খোসা উঠাইয়া ফেল। তারপরে রাঙ্গাআলুর সহিত ডাল মিহি করিয়া বাটিয়া রাখ। ফেটাইয়া বেশ শাদা ও হালকা হইয়া গেলে হুন মাখিয়া টোপা বড়ি দাও।

ভোজন বিধি।—ইহা উচ্ছে চড়চড়ি ও অম্বলে দিয়া খাইতে ভাল।

৩২৮। বিটপালমের বড়ি।

উপকরণ।—কলাইডাল এক সের, লাণ বিটপালম (রাঙা-মোথা) একটা, হুন আধ তোলা।

প্রণালী।—ডাল ভিজাইয়া ধুইয়া খোসা উঠাও।

বিটপালমের খোসা ছাড়াইয়া ফেল। এবারে ডাল ও বিটপালম একসঙ্গে বাঁট। ডাল করিয়া ফেটাইয়া শেষে হুনটুকু মাখিয়া পাথরে বা কচুপাতায় তেল মাখিয়া বড়ি দাও।

ভোজন বিধি।—ইহা অম্বল করিয়া খাইতেই ভাল।

৩২৯ । মশলাদার কুমড়াবড়ি ।

উপকরণ ।—কাঁচা মাষকলাই ডাল সাড়ে তিন পোয়া, কাঁচা ছাঁচি কুমড়া এক পোয়া, শুকালক্ষা তিন চারিটা, হলুদ সিকি তোলা বা এক গিরা, ধনে এক তোলা, মেতি, কালজীরা, মৌরী ও জীরা মিশাইয়া এক তোলা, হিং চার রতি, দারচিনি সিকি তোলা, ছোট এলাচ তিনটা, আদা আধ তোলা, সমুদয় মশলা মলাইয়া ওজনে প্রায় এক ছটাক করিয়া লইতে হইবে ।

প্রণালী ।—ডালগুলি আগের দিন রাত্রে ভিজাইয়া রাখিবে । পরদিনে ডাল ধুইয়া ধোসা উঠাইয়া বাটিবে । ছাঁচি কুমড়া কুর্নি ধারা কুরিয়া তারপরে তাহা নিংড়াইয়া জল বাহির করিয়া রাখ । আদা বাটিয়া রাখ । হিংটুকু একটু জলে ভিজাইতে দাও ।

ধনে আর শুকালক্ষা কাঠখোলায় চমকাইয়া লও । তারপরে এই ভাজা মশলা, হলুদ, মেতি, কালজীরা, জীরা, মৌরী, দারচিনি, ছোটএলাচ সব একত্রে কুটিয়া বা গুঁড়া করিয়া রাখ ।

বাটা ডাল ভাল করিয়া ফেটান হইলে তাহাতে কুমড়া, সমুদয় গুঁড়া মশলা, গোলা হিং ও আদা বাটাটুকু মিশাইয়া ভাল করিয়া ফেটাইয়া লইয়া পরে ঠিক কুমড়া বড়ির ন্যায় বড় করিয়া বড়ি দিতে হইবে । সাড়ে তিন পোয়া বড়ি হইবে ।

ভোজন বিধি ।—ইহা চড়চড়ি, ঘণ্ট, অম্বল. মাছের ঝোল ডালনা বাহাতে দিবে সেই ব্যক্তনেরই আশ্বাদ ভাল হইবে ।

মাষবটী ।

মাষাণং পিষ্টিকা হিন্দুলবণাদ্রকসংস্কৃতাঃ

তয়া বিরচিতা বস্ত্রে বটিকাঃ সাধুশোধিতাঃ ॥

তলিতা স্তপ্ততৈলে তা অথবা সুপ্রলেহিতাঃ

বটকসা শুণৈ যুক্তা জাতব্যা রুচিদাভূশম্ ॥ ডাবপ্রকাশ ।

শুণাশুণ ।—মাষকলায়ের দাল বাঁটিয়া তাহাতে হিং, মুন ও আদা মিশ্রিত করিয়া একস্থান বন্ধে বড়ি দিবে । পরে শুক হইলে ঐ বড়ি তপ্ত তৈলে ভাজিয়া বা উত্তমরূপে প্রলেহিত করিয়া লইলে অতিশয় রুচিকারক এবং বড়ার ন্যায় শুণযুক্ত হইয়া থাকে । মাষকলায়ের বড়ার শুণ আয়ুর্বেদ শাস্ত্র মতে বলকারক, বায়্যাবর্দ্ধক, বাতন্ত্র, বিরেচক, শ্লেষ্মাকারী ।

কুমড়াবড়ি ।

কুয়াণ্ডকবটী জ্ঞেয়া পূর্বোক্ত বটিকাশুণা ।

বিশেষাৎ পিত্তরক্তয়ী লঘী চ কথিতা বৃধেঃ ॥

কুমড়াবড়ি প্রায় মাষবড়ির তুল্য শুণকাৰী । অধিকন্তু উষ্ণ লঘু ও রক্তপিত্তের শাস্তিকারক বলিয়া পণ্ডিতগণ কটুক কথিত হইয়া থাকে ।

৩৩০ । কাঁচা মুগের ডালের বড়ি ।

উপকরণ ।—কাঁচা মুগের ডাল একসের, হিং তিন চান্দা মতি, মৌরী শুঁড়া প্রায় আধ তোলা, আদা এক তোলা, মুন দিকি তোলা ।

প্রণালী ।—কাঁচা কলাইডালের মত কাঁচা মুগের ডাল পূর্ব দিন রাত্রে জলে ভিজাইতে দিবে । পরদিন খোলা উঠাইয়া ধুইয়া ডাল বাঁট । হিং একটু জলে ভিজাইতে দাও । মৌরী কুটিয়া বা শুঁড়াইয়া রাখ । আদাটুকু পিষিয়া রাখ ।

বাঁটা ডালে ভিজান হিংটুকু (জলে গুলিয়া), মৌরী শুঁড়া, পেয়া আদা মিশাইয়া কোটাও । তার পরে কেটান ডালের টোপ

জলে ফেলিয়া দেখিবে ভাসিয়া উঠে কি না। ভাসিয়া উঠিলে তাহাতে হুন-মিশাইয়া তারপরে বড়ি দিতে আরম্ভ কর। ইহার কুল বড়ি এবং কুমড়াবড়ির ন্যায় বড় বড়িও হয়।

ভোজন বিধি।—ইহা মাছের কোল, অধলে এবং শুধু ভাজিয়া খাইতেও ভাল লাগে।

গুণাগুণ।—মুদগাণাং বটিকা তদ্বদ্রচি তা সাদিতাতপা।

পথ্যা রুচ্যা ততো লঘী মুদগাশ্পগুণাস্থতা ॥ ভাপ্রকাশ।

মুগের বড়ি পূরোক্ত প্রকারে প্রস্তুত ও সংস্কৃত হইলে পথ্য, কচিকর, লঘুপাক এবং মুগের ডালের তুল্য গুণকারী হয়।

৩৩১। কয়েদবেলের বড়া।

উপকরণ।—কয়েদবেল বারটা, কাঁচা লক্ষা দশটা, শুক্লা লক্ষা পাঁচ ছয়টা, হুন প্রায় আধ ছটাক, সরিষা তেল আধ পোয়া, ভাজা জীরা ও ভাজা তিন ফোড়ন মিশাইয়া তাহার গুঁড়া এক তোলা।

প্রণালী।—শুক্লা লক্ষা গুঁড়াও। কাঁচা লক্ষা মিহি করিয়া কুঁচাও। জীরা ও তিন ফোড়ন একত্রে মিশাইয়া কাঁঠোলায় চমকাইয়া গুঁড়াইয়া লও। এইবারে কয়েদবেলের শাঁস বাহির করিয়া এই শাঁসে শুক্লা লক্ষা গুঁড়া, কাঁচা লক্ষা কুচি, ভাজা মশলা গুঁড়া, হুন ও সরিষা তেল সব একত্রে মাখ। একটি পাথরে হাতে করিয়া একটু তেল লইয়া মাখাও। এবং ঐ মাখা কয়েদবেল বড়ার মত করিয়া পাথরে দিয়া রৌদ্রে শুকাইতে দাও। ভাল করিয়া শুকাইয়া গেলে একটি নূতন হাঁড়িতে একটু তেল মাখিয়া হাঁড়ির ভিতরে মুছিয়া তবে এই বড়া পুরিয়া রাখ।

ভোজন বিধি। ইহা শুধু মুখে খাইতে বেশ লাগে! বড়ি

দিয়া অস্থল করিলে বা মাছ দিয়া অস্থল করিয়াও খাইতে ভাল লাগে। ইহা বড় মুখরোচক।

৩৩২। কাঁচা আমের বড়া।

উপকরণ।—বারটা কাঁচা আম, গুলা লক্ষা কুড়িটা, নুন প্রায় আধ ছটাক।

প্রণালী।—কাঁচা আমের খোসা ছাড়াইয়া ছেঁচিয়া তাহার রস নিংড়াইয়া ফেল। গুলা লক্ষা আধবাটা করিয়া লও। এই ছেঁচা আমে গুলা লক্ষা বাঁটা ও নুন মাখিয়া রাখ। একটি পাথরে একটু সরিষা তেল মাখাও। এখন ছেঁচা আমের ছোট ছোট টেপটা বড়ার মত করিয়া পাথরের উপরে রাখিয়া রোদে দাও। বেশ ভাল করিয়া শুকাইয়া গেলে উঠাইয়া রাখিবে। ইহা অনেক দিন থাকে।

ভোজন বিধি।—ইহার অস্থল বেশ হয়। আবার কোন কোন চড়চড়িতে বা ভাতে ভাতের সহিত মাখিলে খাইতে ভাল লাগে।

৩৩৩। পাকা দিশি আমড়ার বড়া।

উপকরণ।—পাকা দিশি আমড়া ত্রিশটা, গুলা লক্ষা, বার তেরটা, নুন প্রায় আধ ছটাক।

প্রণালী।—পাকা দিশি আমড়া লইয়া খোসা গুল্ল হাতে করিয়া নিংড়াইয়া লও। আঁটিটা ফেলিয়া দাও। গুলা লক্ষা গুঁড়াইয়া রাখ। এখন এই খোসা সমেত রসে লক্ষা গুঁড়া ও নুন মিশাইয়া বড় বড়ির মত টোপ টোপ করিয়া একটি পাথরের উপরে শুকাইতে দাও। শুকাইয়া গেলে উঠাইয়া হাঁড়িতে পুরিয়া রাখিবে খাইতে খুব ভাল লাগে।

সপ্তম অধ্যায় ।

বিবিধ ।

প্রয়োজনীয় কথা ।

গৃহস্থের ঘরে কতকগুলি জিনিষ আগে হইতে সঞ্চিত করিয়া রাখিতে হয় এবং কতকগুলি বা আগে হইতে প্রস্তুত করিয়া হাঁড়ি বা শিশি প্রভৃতিতে পূরিয়া রাখিতে হয়। ঠিক রাঁধিবার সময় সেই সকল টুকুটাকু সামান্য জিনিষ আনিতে বা প্রস্তুত করিতে গেলে, আধ ঘণ্টার স্থানে ছই তিন ঘণ্টা লাগিয়া যায়। সেই জন্য ভাঁড়ার ঘরে ঐ সকল দ্রব্য সঞ্চিত করিয়া সব্বদে রাখিলে রাঁধিতে গিয়া আর সামান্য জিনিষের অপেক্ষায় বসিয়া অনর্থক সময় নষ্ট হয় না। এই অধ্যায়ে পাঠকদের রাঁধিবারকালের সুবিধা বুঝিয়া গুটিকতক সংকেত মাত্র বলিয়া দিলাম।

৩৩৪। আলু রাঁধিবার উপায়।

প্রণালী।—আলু বালির সহিত মিশাইয়া রাখিলে পচিয়া যায় না। ঘরে বাঁশের মাচা করিয়া তাহার উপরে ছড়াইয়া রাখিলেও আলু ভাল থাকে। এই প্রকারে প্রায় এক বৎসর কাল আলু রাখা যাইতে পারে। জালের আলমারীতে বা তাকে যেখানে রৌদ্র তাপ লাগে না অথচ আলো ও বাতাস আসে এমন স্থানে আলু ও পেঁয়াজ ছড়াইয়া রাখিবে।

৩৩৫। কুমড়া।

প্রণালী।—ছাঁচি বা লাল কুমড়া বেশ পাকা দেখিয়া আনিবে এবং দড়ির দিকা টাঙ্গাইয়া তাহার উপরে ঝুলাইয়া রাখিবে।

ইহাতে অনেক দিন থাকিবে পচিয়া যাইবে না। গুড়া জায়গার রাখিলে কুমড়া শীঘ্র খারাপ হইয়া যায় না। কচি কুমড়া আনিলে অধিক দিন থাকে না।

৩৩৬। কাঁটালবীচি রাখিবার উপায়।

প্রণালী।—নেও কাঁটালের কোয়ার ভিতর হইতে বীচিগুলি বাহির করিয়া ফেল। বীচিগুলি ভাল করিয়া ধুইয়া তার পরে রৌদ্রে দাও। সমস্ত দিন ভাল করিয়া রৌদ্র পাইলে পর ছড়াইয়া ঠাণ্ডা করিতে দিবে। পর দিন যতগুলি কাঁটালবীচি তাহার দ্বিগুণ বালি আনিয়া বালির সহিত মিশাইবে। এবং একটি কলসীর ভিতরে পুরিয়া রাখিবে। কলসীর মুখ ঢাকিবার আর আবশ্যক নাই, মুখ খোলা রাখিবে। কলসীর মুখ পর্য্যন্ত যেন বালিভরা থাকে। ইহাতে কাঁটাল বীচি অনেক দিন পর্য্যন্ত ভাল থাকিবে।

৩৩৭। পাঁচ ফোড়ন ও তিন ফোড়ন।

প্রণালী।—জীরা, মেতি, কালজীরা, জোয়ান, বাঁধনি ও মৌরী গুড়ালঙ্কার বীচি এই সকল উপকরণ মিশাইয়া সচরাচর পাঁচফোড়ন প্রস্তুত করা হয়। ভালনা, কি বিশেষ পক্ষে চড়চড়িতে এই পাঁচ ফোড়ন দিলে মন্দ হয় না। কিন্তু অম্বল, ঘণ্ট কি আম-ষোল প্রভৃতিতে এই পাঁচ ফোড়ন দিলে তাহার ভাল আশ্বাদ হয় না। অম্বল প্রভৃতিতে তিন ফোড়ন দিলে তবে তাহার আশ্বাদ ভাল হয়। এই তিন ফোড়ন অম্বলে কি যে কোন তরকারীতে ফোড়ন দিলে ইহার একটু স্বতন্ত্র রকম স্বাদ বাহির হইবে। আবার এই তিন ফোড়ন চমকাইয়া আধ-গুঁড়া করিয়া কোন

কোন তরকারীর উপরে ছড়াইয়া দিলেও বেশ হয়। তাহার সুবাসেই খাইতে ইচ্ছা করে।

মৌরী, মেতি ও কালজীরা সমান ভাগে মিশাইয়া তিন ফোড়ন প্রস্তুত করিতে হইবে। লঙ্কার বীচি ইচ্ছামত মিশাইতেও পার। তরকারীতে গুলালঙ্কা প্রায় ফোড়ন দিতেই হয়, সেই জন্য লঙ্কার বীচি তিন ফোড়নে মিশাইবার আবশ্যক নাই।

৩৩৮। ধনে ভাজা ও জীরা ভাজা।

অনেক রান্নায় ভাল গন্ধ করিতে চাহিলে গোটা ধনে ও জীরা ভাজিয়া ফাঁকি করিয়া তাহার উপরে ছড়াইয়া দিলেই বেশ ভাল গন্ধ হইবে। কিন্তু জীরার পরিমাণ অধিক চাহি আর গোটা ধনের অপেক্ষাকৃত কম দিতে হইবে।

৩৩৯। গরম মশলার গুঁড়া।

দারচিনি সিকি কাঁচা, লঙ্গ আট দশটা, ছোটএলাচ দুইটা এই পরিমাণে গরম মশলা গুঁড়াইয়া একটি শিশিতে পুরিয়া রাখিবে। তাহা হইলে আর প্রতি দিন গুঁড়াইতে হইবে না। এই তিনটা গরম মশলা প্রধান বলিয়া আমরা এইখানে উল্লেখ করিলাম। ইহা ছাড়াও জায়ফলাদি গরম মশলার গুঁড়াও কোন কোন রান্নায় লাগে, কিন্তু এই গুলির অভাবে উপরোক্ত তিনটা থাকিলেই বেশ কাজ চলিয়া যাইতে পারে। প্রায়ই আশুণ হইতে তরকারী নামাইয়া তবে গরম মশলার গুঁড়া দিতে হয়।

৩৪০। ময়দা ভাজা।

কতকগুলি রান্নাতে ময়দা ভাজা দিলে তাহার সুস্বাদ হয়। ময়দা কাঠখোলায় চমকাইয়া শিশিরে পুরিয়া রাখিবে অনেক দিন

থাকিবে। ইহা শাকের ঘণ্ট, কিস্কার ঘণ্টাদিতে ছড়াইয়া দেওয়া হয়।

৩৪১। * খই।

উপকরণ।—কনকচূর ধান এক পোয়া, জল আধ ছটাক।

প্রণালী।—ধান আনিয়া ভাজিবার আগের দিনে সন্ধ্যার সময় জল মাখিয়া ছড়াইয়া রাখিবে। অথবা ছাতে ছড়াইয়া দিয়া আসিবে। আপনি শিশিরে ভিজিয়া ফুলিয়া থাকিবে পর দিনে ভাজিবে।

উনানের আশপাশ বেশ পরিষ্কার করিয়া থইয়া একটি পরিষ্কার কাপড় বিছাইয়া দিবে। তাহা হইলে খই ফুটিয়া ফুটিয়া ঐ কাপড়ের উপরেই পড়িবে।

খই ইত্যাদি ভাজিবার জন্য হাঁড়ির এক পাশ ভাজিয়া খোলা প্রস্তুত করিয়া লইতে হয়। খোলার অভাবে কড়াতেও ভাজিতে পারা যায়। ইহার জন্য আর একটি জিনিশ চাই। কতকগুলি নারিকেল পাতার কাঠি একত্র করিয়া তাহার মধ্যখানে একটি দড়ি দিয়া বাধিয়া দাও। ইহারি নান কুঁচি, এই কুঁচির দ্বারা ধান নাড়িতে হইবে।

খোলা উনানে চড়াইয়া তাহাতে পাঁচ ছয় মুঠি বালি দাও। প্রায় মিনিট দশ বালি গরম করিতে দাও। বালি গরম হইলে এক মুঠি করিয়া ধান ইহার উপরে দাও, আর এক হাতে কুঁচি দিয়া নাড়িতে থাকে। ছ এক মিনিটের মধ্যেই ধান ফুটিয়া খই বাহির হইলেই কুঁচি করিয়া এক ধার হইতে খইগুলি টানিয়া বাহির করিয়া লও। তার পরে আবার আর এক মুঠি ধান দিবে। এই রূপে সব ধানগুলি ভাজিতে হইবে।

* ১৫৭ পৃষ্ঠায় খইয়ের বড়া দেখ।

এক পোয়া ধানে প্রায় আধ পোয়া কি তিন ছটাক খই হইবে ।

এইরূপে খই ভাজাকে বালিখোলায় ভাজা বলে । কাঠখোলা-য়ও (বালি বিনা) খই ভাজা যায় ।

৩৪২ । কাঠখোলায় চমকান ।

শুরু তাওয়ায় বা হাতায় অথবা কড়াতে ধনে জীরা প্রভৃতি মশলা কি অল্প কিছু জ্বং ভাজিয়া লওয়ারকে ‘কাঠখোলায় চমকান’ বলে ।

৩৪৩ । হাতাপোড়া ।

অনেক লোকের জন্য ডাল, ঝোলাদি রাঁধিয়া তাহা আবার চালিয়া সাতলাইতে বড় কষ্টকর হয় সেই জন্য তখন এই হাতা-পোড়ায় সাতলান ভাল ।

একটি হাতায় ঘি বা তেল চালিয়া উনানের উপরে চড়াও । তা বলিয়া হাতার আগায় ছাই লাগাইবার আবশ্যক নাই । হাতাটা ঠিক আগুণের উপরেই ধরিলে হইবে । তেল বা ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইলে ফোড়ন ছাড়িবে । ফোড়নগুলি চুড় চুড় করিয়া ফুটিয়া যাইলেই ডাল বা ঝোলের ভিতরে হাতাটা ডুবাইয়া দিয়া সবটা একবার নাড়িয়া দিবে । ইহা ‘হাতাপোড়া’ সাতলান ।

৩৪৪ । তেল বা ঘি পাকা ।

তেল চড়াইলে পর যখন ইহার চড় চড় শব্দ থামিয়া গিয়া ইহা হইতে ধোঁয়া বাহির হইবে এবং তেল যখন হালকা রকম হইয়া আসিবে, তখন তেল পাকিয়া আসিয়াছে বুঝিবে । তেল এই রকম পাকিয়া আসিলেই রাঁধিবার জন্য তরকারী ছাড়িতে হইবে । তেল পাকিতে প্রায় আট নয় মিনিট পর্য্যন্ত সময় লাগে ।

তেল অধিকক্ষণ পাকিলে ইহা যেমন হালকা হইয়া আসে, ইহার
 গুণ ভাল হয় অথচ গন্ধ খারাপ হয় না।

ষি চড়াইবার মিনিট তিন পরেই ইহার ধোঁয়া উঠিয়া গেলেই
 রাধিবার উপযুক্ত হইবে। ষি অধিকক্ষণ জলিয়া গেলে ইহার গন্ধ
 খারাপ হইয়া যায়।

“ষি পুড়িলে তেলের বোই হ’বে, তেল পুড়িলে ঘির বোই
 হ’বে।”

পরিভাষা ।

আত্ত— গোটা বা অখণ্ডিত ।

আগুন মারিয়া— আগুন কমাইয়া বা আগুনের তেজ কমাইয়া ।

আঁশ— যেমন মাছের আঁশ । ভাঁটা প্রভৃতির পাতলাখোসাকেও আঁশ বলে ।

আছড়া (যথা জল আছড়া দেওয়া)—ছিটা দেওয়া ।

আছড়ান— শাকাদির ধূলা বালি ঝাড়িয়া-ফেলিবার জন্য আছড়া বা ঝাপটা মারা ।

আঁখনি— পোলাওয়ের চাল সিদ্ধ করিবার যে জল তাহাকে আঁখনি বলে । সচরাচর পোলাওয়ের জন্য যে মাংস-সিদ্ধ জল বা মাংসঘূ ব্যবহৃত হয় তাহাই আঁখনি । কিন্তু আমাদের এই নিরামিষ পোলাওয়ের বা খিচুড়ির চাল কি ডাল সিদ্ধ করিবার জন্য যে নানা রকম মশলাসিদ্ধ জল, বা দুগ্ধ মিশ্রিত জল, কিম্বা শুধু জল দিতে বলা হইয়াছে সংক্ষেপে তাহাকেও আঁখনি বলিতে হইবে ।

আরশোলার বর্ণ— ভাঙ্গা জ্বিনিশের গাঢ় বাদামী রং বা তামাটে রং এর নাম ।

আলগোচে— আলগা ভাবে ।

আঁচ— উনানের আগুনের তাপ ।

- আঁকিয়া যাওয়া— একটু পুড়িয়া হাঁড়ির তলায় লাগিয়া যাওয়া।
- আমসি বা আমচুর— কালি ফালি কাটা রৌদ্রে শুকান আম।
- উথলিয়া ওঠা— ভাতের ফেন প্রভৃতি ফুলিয়া ফাঁপিয়া উঠিলে তাহাকে উথলিয়া ওঠা বলে।
- এক গিরা— পোলাও রাধিবার কালে চালের উপর যে তিন অঙ্গুলি পরিমাণ জল থাকে তাহাকে পাক শাস্ত্রে এক গিরা বা তিন অঙ্গুলি জল বলা যায়। আবার এক গিরা হলুদ বা এক গিরা আদাও বলা যায়। সে স্থলেও প্রায় তিন অঙ্গুলি পরিমাণ লম্বা হইলেই এক গিরা বলা যায়।
- “এমনি চাল চাল”— ভাত ভালরূপে সিদ্ধ না হইয়া শক্ত থাকিলে তাহাকে কথায় “এমনি চাল চাল” বলে।
- এঁটেল মাটি— শক্ত বা আঁট বাধা যে কাদামাটি উনান প্রভৃতি তৈয়ারি করিবারকালে ব্যবহৃত হয়।
- এঁশো— ডাঁটা প্রভৃতির হুতার ন্যায় খোসাকে এঁশো বলে। এঁশো, আঁশপ্রায় এক কথা।
- এঁতো— কুমড়া কি লাউ কাটিলে তাহার পেটের ভিতরে যে ছিবড়ার মত থাকে তাহাকে এঁতো বা বুকো বলে।
- এক থোলা ভাজা— তেলে বা ঘিয়ে অথবা শুক্লা কড়ায় এক একবারে যে জিনিশ ভাজা যায় তাহাকে এক থোলা ভাজা বলে।

কচলাইয়া—

হাতে করিয়া চটকাইয়া।

কড় কড়ে—

কড়া ভাজা। খট খটে।

কড়ুই নেবু—

নিতান্ত কচি নেবু। কড়ুই আমও বলে।

কথ বা কাথ—

রস। মাড়ি। যথা ভাল ছাঁকিয়া তাহার কথ বাহির কর। কোন জিনিশের সারাংশকেই কথ বলা যায়। জিনিশটা সিদ্ধ করিলে তবে তাহার সারাংশ ভাল-রূপে বাহির হয়। অনেক সময় সিদ্ধ না করিয়া খুব নিংড়াইয়া বা মাড়িয়া ও তাহার কথ বাহির করা যাইতে পারে। যথা তেঁতুলের কথ বাহির করিতে হইলে তেঁতুল জলে গুলিয়া মাড়িয়া লওয়া হয় আবার কাঁচা তেঁতুল সিদ্ধও করা হয়। এই দুই অর্থেই কথ বা কাথ শব্দ ব্যবহৃত হয়।

কসা—

রান্নার প্রাণই কসা। রান্নার জিনিশটাকে ভাল করিয়া না কসিলে তাহা স্ফাজ্জ হইবে না। কসা কথাটার মানে বোঝান বড় কঠিন। একবার পরীক্ষা করিয়া না দেখিলে ঠিকটা বুঝা যায় না। কোন জিনিশ ঘিয়ে বা তেলে খুস্তি দ্বারা ঘন ঘন নাড়িয়া চাড়িয়া সময়ে সময়ে জলের ছিটা দিয়া যে লাল করা হয় তাহাকে কসা বলে। মশলা প্রভৃতি কি মাংস এইরূপে ক্রমাগত নাড়িয়া চাড়িয়া যখন ইহার রং ঘোর তামাটে রং হইয়া

আসে তখনি ঠিক কসা হইল বুঝিতে হইবে। এই রকম কসিতে প্রায় মিনিট-দশ হইতে কুড়ি মিনিট পর্যন্ত সময় লাগিতে পারে। কসা কথাটা একটু সাধারণ ভাবেও ব্যবহৃত হয়। অনেক সময়ে তেলে বা ঘিয়ে মাংসাদি বা তরকারী সাতলাইয়া লওয়াকেও কসা বলা হয়।

কাঁচাটে ভাব—

কোন জিনিষ ভালরূপে পরিপাক না হইলে কাঁচাটে ভাব থাকে।

কাটা মারা—

অর্থাৎ আলু বা মাংসাদি সিদ্ধ হইয়াছে কি না বুঝিবার জন্য অথবা ভাল রূপে সিদ্ধ করিবার জন্যও একটি কাটা দিয়া যে বিধাইয়া বিধাইয়া দেওয়া হয় তাহাকে কাটা মারা বলে।

কাটিখোলা—

গুড়া খোলা। 'খোলা' শব্দ দেখ।

কাড়া—

চেকি বা উথলি বা হামামদিস্তায় মূল দ্বারা দলিয়া ডাল চালাদির আসা উঠান।

কাদা কাদা—

থকথকে বা ঘাঁটা ঘাঁটা।

কিয়া—

চপার বা ছুরি দ্বারা অতি ছোট ছোট করিয়া কুঁচান।

কুঁচকান—

কোন জিনিষ ভাজিলে তাহার গা কুঁচকিয়া বা সঙ্কুচিত হইয়া আসে, তখনি বুঝিতে হইবে যে ভাজা হইয়া আসিয়াছে।

- কোয়া— বখা কমলানেবুর কোয়া বা রসুনের কোয়া।
- কোষ বা কোশ— রীধিবার কালে এক হাতে করিয়া যে জল অথবা অন্য কোন দ্রব্য দিই তাহাকে কোষ বা কোশ বলে।
- খণ্ড কাটা— ডুমা ডুমা টুকরা কাটা।
- খচা-খচা— অর্থাৎ আধ-বাঁটা করিয়া বাঁটা। মিহি বাঁটা নয়।
- খট খটে— কোন জিনিশ ভাল রূপ ভাজা হইলে তাহাকে খট খটে বা কড় কড়ে ভাজা বলে।
- খামির— মালোয়া প্রভৃতি কিম্বা কোন রকম ভাজা-ভুজির জন্য যে গোলা প্রস্তুত করা হয় তাহাকে খামির বলে।
- খাসা ময়দা— যে ময়দা হইতে একেবারে সূজি ঝাড়িয়া ফেলা হয় না। বোম্বাই ময়দা বা কারাচি ময়দা।
- খাঁড়ি মসুর— আস্ত বা গোটা মসুর।
- খাঁটি ছধ (নারিকেলের)—কোরা নারিকেলে জল না মিশাইয়া খুব নিংড়াইয়া যে তাহার ছধ বাহির করা হয়।
- খোলা— খোসা। ভাজিবার পাত্র। ক্রিয়ার্থে খুলিয়া ফেলা।
- খোলা পুরু— যেমন খোলা-পুরু পটোল। সকল পটোলের খোলা পুরু হয় না। সেই জন্য

- পুরুখোলা দেখিয়া পটোল পছন্দ করিয়া
লইতে হইবে। পুরু-খোলা ও খোলা-
পুরু একই কথা ।
- গলিয়া— বেশী সিদ্ধ হওয়া । বেশী মজিয়া যাওয়া ।
- গাদা— জড় করা । সব একত্র করা ।
- গাদ— রস পাকাইবার সময় চিনির যে ময়লা
বাহির হয় ।
- গাছি বা গাছা— যেমন একগাছি শাক এক এক ডালকে
“একগাছি” বলে ।
- গাঢ়া— ঘন হইয়া আসা । গভীর যেমন গাঢ়
পাত্র ।
- গালা— পশান । ফেন করান ।
- গিরা— তিন অঙ্গুলিতে এক গিরা হয় । অথবা
এক বুড়া অঙ্গুলির পরিমাণ ।
- গুঁড়ান— শুক্ক শিলে বাটাকে গুঁড়ান বলে ।
- গুন্দি— তাল করা । একত্র জড় করিয়া রাখা ।
খাসা ময়দার তালকে ময়দার গুন্দি বলে ।
- গোলা— বেশন প্রভৃতি জল বা ছধের ন্যায়
জলীয় জিনিষে গুলিয়া লওয়াকে গোলা
বলে । কোন জিনিষ গোলাকার গড়িলে
তাহাকেও গোলা বা গোলা বলা যায় ।
- গোচ্ছা বা গোছা— একত্র জড় করা । গুচ্ছ ।
- গোলা— যথা রসগোলা । গোলাকার ।
- গোটা— আন্ত । অখণ্ডিত ।
- ঘন ঘন— ব্যয়ংব্যয় ।

| | |
|------------------|--|
| বাঁটিয়া দেওয়া— | হাতা প্রভৃতি দ্বারা নাড়িয়া মিশাইয়া দেওয়া। |
| ঘুঁটিয়া দেওয়া— | এমনি করিয়া নাড়িয়া দিতে হইবে যে হাঁড়ির মধ্যস্থিত জিনিশ আধ-ভাঙ্গা ভাঙ্গা হইয়া যাইবে। |
| ঘুলাইয়া দেওয়া— | গুলিয়া দেওয়া। |
| চমকান— | গুরুাখোলায় অন্ন ভাজাকে চমকান বলে। “যথা জীরা চমকাইয়া।” |
| চাকিয়া— | ঈষৎ আশ্বাদ করিয়া। |
| চাপড়া— | কোন জিনিশকে একেবারে চেপটা করিয়া লওয়া। যেমন মাটির চাপড়া বা বাঁটা ডালের চাপড়া। |
| চাকাকাটা— | গোল গোল চাকার আকারে কাটা। |
| চাপ চাপ বাঁধা— | শাক প্রভৃতি বাঁধা হইয়া গেলে যখন অনেকটা পিণ্ড ভাব প্রাপ্ত হয় তখন তাহাকে চাপবাঁধা বলে। |
| চাল শাদা হওয়া— | ঘিয়ে চাল ভাজিলে যখন ফুটিয়া ফুটিয়া শাদা অর্থাৎ চুণের মত হইতে আরম্ভ হয়, তখন তাহাকে চাল শাদা হওয়া বলে। |
| চাকি— | যাহাতে রুটী বেলা যায়। আলুর চপ প্রভৃতি করিবার জন্য মাড়া আলুর যে চাকা রুটী প্রস্তুত করা যায় তাহাকেও চাকি বলে। |
| চিশ্বে— | ভাল না ভাজা হওয়া। কোন ভাজা জিনিশ মুচমুচে বা খটখটে না হইয়া |

নরম হইয়া গেলে তাহাকে চিমসে হওয়া বলে ।

চিমটি—

বৃদ্ধাঙ্গুলি, তর্জ্জনী এবং মধ্যমাঙ্গুলিতে যে পরিমাণ জিনিষ ধরে সেই পরিমাণ টুকু । এক চিমটিকে এক চুটকিও বলে ।

চিকনা—

ধি বা চর্কি অথবা তেলা জিনিষ । নারিকেলের খাঁটি ছধকেও কোন কোন স্থানে চিকনা বলা হইয়াছে । চিকন হইতে চিকনা আসিয়াছে ।

চিরকাটা—

লম্বাভাগে ঠিক অর্দ্ধেক করিয়া কাটা ।

চুলা—

উনান ।

চুটকি—

বৃদ্ধাঙ্গুলি, তর্জ্জনী এবং মধ্যমাঙ্গুলিতে যে পরিমাণ জিনিষ ধরে সেই পরিমাণ টুকু ।

চেরাগি গড়ন—

দীপশিখার গড়ন ।

চেতলা—

চেপটা । কাঁশি বা খালের নায় চেপটা পাত্র ।

চেয়ারি—

বাঁশের পাতলা কাঠি ।

চোথ—

যেমন আনারসের চোথ ।

ছড়া—

যথা এক ছড়া তেঁতুল । ক্রিয়ার্থে ছড়ান বা ছিটা দেওয়া ।

ছাঁকন—

কাপড় বা কাঁকরি আদির দ্বারা ছাঁকিয়া তোলা ।

ছাঁকনি

যে জিনিষের দ্বারা ছাঁকা যায় ।

ছাঁকনা

যে জিনিষটা ছাঁকিয়া বাহির করা হয় ।

- সিক না হইয়া জায়গায় জায়গায় শক্ত
হইয়া যায়, তাহাকে দড়কচা বলে।
কোন পক ফলও ঐরূপ জায়গায় জায়গায়
শক্ত থাকিলে তাহাকেও দড়কচা বলে।
- দলন—
ছুই হাতের মধ্যে রাখিয়া রগড়ান।
যেমন দোন্না করিবার কালে পটল
দলিয়া লইতে হয়।
- দাগি ঘি—
গরম মশলার সহিত যে ঘি পাক করা
হইয়াছে।
- দাগ দেওয়া—
ঘিয়ে গরম মশলা ছাড়িয়া পাক করা।
- দাগ লাগা—
মশলাদি কসিবার সময় হাঁড়ির গায়ে একটু
একটু লাগিয়া যাওয়ারকে দাগ লাগা বলে।
- ধরিয়া যাওয়া—
পুড়িয়া যাওয়া।
- নাড়িয়া
বাঁটিয়া।
- নামান—
অর্থাৎ উনানের উপরে যে তরকারীর
হাঁড়ি চড়াইয়া রাখা হইতেছে সেই হাড়ি
নামান। এই রকমস্থলে প্রায়ই বলা
হইয়াছে। তরকারী নামাও কি ভাত
নামাও তখনি বুঝিতে হইবে যে সেই
সেই জিনিশের হাঁড়ি উনান হইতে
নামাইতে বলা হইতেছে।
- নেচি—
লুচির ময়দার গুটি বা গুলি।
- নোট—
কোশ।
- পশান—
গলান। কেন ঝরান।
- পাচ মিশালী—
তিন চার রকম জিনিশ মিশাইলে

| | |
|-----------------|--|
| | তাহাকে চলিত কথায় পাঁচ মিশালী বলে। যেমন পাঁচমিশালী ডাল। |
| পাশার আকার — | অর্থাৎ পাশার ন্যায় চৌক গঠন। |
| পাপড়ি — | পাতা। |
| পাছড়ান — | ঝাড়া। |
| পিট — | পৃষ্ঠ ভাগ। |
| পিঠি মাখা — | ময়দা ও শফেদা প্রভৃতি নানা উপকরণ জলের সহিত মিশাইয়া শক্ত করিয়া মাখিলে তাহাকেই পিঠিমাখা বলে। |
| পেয়া — | বাটা। |
| পোন — | একটা জিনিষের চার ভাগের তিন ভাগ। |
| ফাসিরা বাওয়া — | খুলিয়া বাওয়া বা ছাড়িয়া বাওয়া। যথা কোণাদি ভাজিতে গিয়া ফাসিরা বাই-তেছে অর্থাৎ ভাল রূপে তাল বা জমাট বাধিতেছে না। |
| ফালি — | চির। |
| ফালা — | চির। |
| ফাঁকি — | মিহি শুঁড়া জিনিষ কাপড়ে ছাঁকিয়া লইলে তাহাকে ফাঁকি করা বলে। |
| ফাটা ফাটা — | মশলা কসিবার কালে মশলার জল মরিয়া গিয়া ঘিয়ের উপরে থাকিলেই ঘিয়ের বদবুদ উঠে, তখন ঠিক মনে হয় যেন ঘিয়ের মধ্যে মধ্যে ফাটরা দাঁহিতেছে। |
| ফুট — | জলীয় অথবা আশুনে সিদ্ধ করিবার কালে টগবগ করিয়া ফুটিলে তাহাকে ফুট |

| | |
|---------------------|---|
| | বলে। বার ইঞ্চিতে এক ফুট হয়। |
| ফেটান — | ফেনান দেখ। |
| ফেনান — | বেশন গোলা প্রভৃতি জিনিশ ক্রমাগত হাতকি অন্য কোন কিছু দ্বারা নাড়াকে ফেনান বলে। |
| ফোড়ন হইয়া আসিলে — | তেলে ফোড়ন ছাড়িবার পর ফোড়নের সুগন্ধ বাহির হইলে এবং তার পরেই ফোড়ন ফোটা শব্দ থামিয়া বাইলে বুঝিতে হইবে ফোড়ন ঠিক হইয়াছে অর্থাৎ ফোড়নের কাঁধা হইয়াছে। |
| ফোড়ন ফোটা শব্দ — | ফোড়ন ফুটলে যে শব্দ হয়। |
| বলক — | ঝোলের ন্যায় জলীয় দ্রব্যের ফেনা হইয়া কুটিয়া ওঠা। |
| বধার — | রাঁধা তরকারী বি কিম্বা তেলে সম্বারান। |
| বরফি কাটা — | বরফির আকারে কাটা। |
| বসান — | উনানে চাপান, যেমন আমরা বলি হাঁড়ি বসাইয়া দাও। |
| বাদামী রং — | বাদামের মত রং। কোন জিনিশ ভালরূপ ভাজা হইলে তাহার এই প্রকার রং হইবে। |
| বাড়া ভাত — | খালায় সাজান ভাত। |
| বাকলা — | খোলা। খোসা। |
| বাসি — | টাটকা নহে। |
| বাধাইয়া ছাড়ান — | খোসা অল্প অল্প রাখিয়া খোসা ছাড়ান। |
| বাঁটা — | পেষা। |

| | |
|------------------|--|
| | সকু গুঁয়ার ন্যায় যে সকল থাকে তাহা- কেও মাংসের রং বলে । |
| রসরস— | রস সিক্ত বা ঝোল ঝোল । |
| কুটীতোষ— | সৈঁকা পাঁউরুটি । |
| লম্বা কুচি কাটা— | ভাজিবার জন্য লম্বাদিকে যে কুচি কুচি কাটা হয় তাহাকেই লম্বা কুচি কাটা । |
| লাল করা— | কমা মশলার বা ভাজা জিনিসের রং তামার ছায় গাঢ় হইয়া আসিলেই তাহাই লাল করিয়া ভাজা বা লাল করিয়া কমা হইল । |
| শফেদা— | চালের গুঁড়ি বা ময়দা । |
| শস্যংশ— | শাঁস । |
| শান— | ধার করা বথ ছুরি শান দেওয়া । |
| গুঁয়া— | ডাঁটার খোসা । শূতার মত এঁশোকে গুঁয়া বলে । মাছের সমুখস্থ কাঁটা । |
| গুঁকান— | গুঁক হওয়া । জল মরিয়া যাওয়া বা মরিয়া ফেলা । |
| মওয়া— | এক ভাগ ও তছপরি সিকি ভাগ । |
| সকু কুচি— | মিহি কুচি কাটা । |
| সম্বরান— | তরকারী রাঁধা হইয়া গেলে আবার তেল বা ঘিয়ে ফোড়ন দিয়া তরকারী ঢালিয়া সাঁতলান । |
| সাঁতলান— | সম্বরান । বা ঘি কি তেলে তরকারী নাড়িয়া চাড়িয়া লওয়াকেও বলে । |
| স্নাইস কাটা— | পাতলা পাতলা করিয়া কাটা । |

পরিভাষা।

- সিরা— চিনির রস।
সিটা— ছিবড়া।
হাঁড়ি চড়ান— হাঁড়ি উনানে আগুনে উপরে চড়ান।
হালসে— কাঁচাটে বিশ্বাস গন্ধ।
হাতা পোড়া সঁতলান— হাতা উনানের উপরে রাখিয়া হাতার
মধ্যস্থিত ঘি বা তেলে ফোড়িয়া, তার
পরে তরকারীর ভিতরে এই হাতা
ডুবাইয়া দেওয়ার নাম হাতাপোড়া সঁত-
লান।
হিলান— দোলান। হাঁড়ি ধরিয়া কঁকড়াইয়া
দেওয়া।
-

